P80 コンソールの取り扱いと保守

PRECOR

P80 コンソールの取り扱いと保守

PRECOR®

エディション情報

P80 コンソールの取り扱いと保守

P/N 301407-551 rev A

Copyright © July 2011 Precor Incorporated. All rights reserved.
仕様は予告なしに変更される場合があります。

商標に関する注記

Precor、AMT、および EFX は、登録商標です。Preva は、Precor Incorporated の商標です。 本書内のその他の名称は、それぞれの所有者の商標または登録商標です。

iPod® は米国およびその他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。

「Made for iPod®」とは、iPod 専用に接続するよう設計され、Apple が定める性能基準を満たしているとデベロッパによって認定された電子アクセサリであることを示します。 Apple は、本製品の機能および安全および規格への適合について一切の責任を負いません。アクセサリと iPod を同時に使用すると無線性能に影響を及ぼす場合がありますので、注意してください。

対応製品：iPod touch (第 4 世代)、iPod touch (第 3 世代)、iPod touch (第 2 世代)、iPod touch (第 1 世代)、iPod nano (第 6 世代)、iPod nano (第 5 世代)、iPod nano (第 4 世代)、iPod nano (第 3 世代) および iPod nano (第 2 世代)。

ドルビーラボラトリーズからの実施権に基づき製造されています。Dolby、ドルビー及びダブル D 記号はドルビーラボラトリーズの商標です。

知的所有権通知

Preva Business Suite のソフトウェアのすべての権利、タイトルおよび利害、付属する印刷物、当該ソフトウェアのコピー、ならびに Preva Business Suite を介して収集されたすべてのデータは、Precor またはそのサプライヤーが、適宜独占的に所有するものとします。

Precor は、数々の賞に輝いた革新性が高いフィットネス機器のデザインで広く知られています。 Precor は、製品デザインの機械構造と外観の両方において、米国および外国の特許を積極的に出願しています。 Precor の製品デザインの利用を意図している方には、Precor はその所有権の無許可の利用を深刻に受け止めていることをここに警告します。 Precor は、その所有権の無許可の利用については必ず積極的に追求します。

Precor Incorporated
20031 142nd Ave NE, P.O. Box 7202
Woodinville, WA 98072-4002
1-800-347-4404

http://www.precor.com

重要な安全上の注意

組み立てを始める前に、次の事前注意事項をお読み頂き、将来参照する場合に備え、保管しておいてください。

安全上の注意

この装置を使用するときには、怪我、火災、または損傷などを避けるために、必ず基本的な安全上の注意に従ってください。 このマニュアルの他のセクションで、安全機能について詳細に説明しています。 必ずこれらのセクションを読み、安全上の注意をすべて守ってください。これらの事前注意には次のものが含まれます。

- 装置を設置および使用する前にこのガイド内のすべての指示を読んでください。また、装置のラベルに従ってください。
- すべてのユーザーがフィットネスプログラムを開始する前に、医師による健康診断を受けることを確実にしてください。
- *フィットネスプログラムを開始する前に、医師による健康診断を受けてください。*
- お子様や操作に詳しくない方が、この装置に乗ったり近づいたりしないようにしてください。装置の近くにいるお子様から目を離さないでください。
- すべてのユーザーは運動に適したエクササイズ用の服および靴を必ず着用し、緩めの服装やひらひらの付いた服装をしないことを徹底してください。ユーザーはヒールのある靴や革底の靴を避け、靴のソールを確認して砂や小石が埋まっていたら除去してください。 長い髪は後ろで結んでください。
- 装置に電源が入っているときには側を離れないでください。使用していないとき、掃除をするとき、および認証された修理を提供するときには電源から外してください。

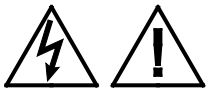
  注：オプションの電源アダプタはセルフパワー装置の電源と考えられています。
- 装置とともに提供された電源アダプタを使用してください。 装置に記載されているように、電源アダプタを適切な接地コンセントに接続してください。

- 装置の備え付けまたは取り外しの際には、十分にご注意ください。
- ご使用の前に、非常停止の手順をお読み頂き、ご理解の上、テストしてください。
- 電源コードまたはオプションの電源アダプタは、高温の表面から離してください。
- 電源ケーブルは、踏まれたり、挟まれたり、または装置を含め、物を上に乗せて損傷したりしないように配線してください。
- 装置が適切な換気をすることを確認してください。装置の上または上方に何も置かないでください。換気口をふさぐ可能性があるクッション性のある場所では使用しないでください。
- 装置の組み立てと使用は、安定した水平な場所で行ってください。
- 装置設置に適した場所
    - トレッドミル以外の全装置。 装置の左右が少なくとも 40 インチ（1 メートル）壁や家具から離れており、装置の後方 40 インチ（1 メートル）にも物がない場所に設置します。
    - トレッドミルの場合。 トレッドミルの左右が少なくとも 40 インチ（1 メートル）壁や家具から離れており、トレッドミルの後方 80 インチ（2 メートル）にも物がない場所に設置します。

  重要： この設置基準は、装置を設置する際、暖房機や温風器やストーブ等の熱源に対しても同様に適用されなければなりません。 極端な温度を避けてください。
- 装置は水または水分がかからないようにしてください。電気ショックまたは電気回路への損傷を避けるために、装置の上に何かを落としたり、内部に何かをこぼしたりしないでください。
- 電気で作動する装置を、湿気が高かったり、水でぬれている場所で使用しないでください。
- コードやプラグが損傷していたり、装置が適切に作動しなかったり、または落下、損傷、水に浸かるなどした場合は、装置を使用しないでください。これらの状態が発生した場合は、直ちに修理を要請してください。

- 組立およびメンテナンスガイドの *Maintenance (メンテナンス)* セクションで説明されているように装置を正常な作業状態に保ってください。 使用前に部品を確認し、誤った設置、摩耗、緩んでいる箇所を点検します。必要箇所を修正し、部品を交換し、緩みを締め直します。
- 装置を移動する際には、協力してくれる人を確保し、組み立てとメンテナンスガイドの中の「装置の移動」の項目に記載されている適切な牽引方法で作業してください。
- 機器の重量要件： 体重が 500 ポンド（225 kg）を超える場合は、トレッドミルを使用しないでください。体重が 350 ポンド（160 kg）を超える場合は、トレッドミルで走らないでください。
その他のフィットネス機器の体重制限は 350 ポンド（160 kg）です。
- 装置は、このマニュアルに記述されている用途以外には使用しないでください。 Precor で推奨していないアクセサリアタッチメントは使用しないでください。そのようなアタッチメントは怪我につながる可能性があります。
- エアゾール（スプレー）製品を使用している場所や酸素吸入装置による吸入が行われている場所では、装置を使用しないでください。
- 屋外で使用しないでください。
- このマニュアルに記載されているメンテナンス手順に従う以外は、装置の修理点検をしないようにしてください。
- 開口部に物を落としたり挿入したりしないでください。可動部に手を近づけないでください。
- 固定ハンドレールまたはハンドルバー、ディスプレイコンソール、またはカバーの上に物を置かないでください。 飲み物、雑誌、本などは専用の場所に入れてください。

- どんな時も、コンソールによりかかったりコンソールを引っ張ったりしないでください。



注意: カバーを外さないでください。電気ショックによる怪我を負う危険性があります。 操作を開始する前に「組立とメンテナンスガイド」を読んでください。 内部にはユーザーが修理可能な部品はありません。装置の修理が必要な場合は、カスタマーサポートに連絡してください。 単相 AC 電源専用です。

危険物の取扱いと廃棄

セルフパワー装置内のバッテリーは、環境に有害であると考えられる物質が含まれています。 連邦法は、これらのバッテリーの適切な処分を義務づけています。

装置を廃棄する場合は、Precor 製品カスタマーサポートにバッテリーの取り外しに関する情報をお問い合わせください。 *「サービスを受ける」* を参照してください。

製品のリサイクルと廃棄

この装置は、該当する地方および国の規則に従って、リサイクルまたは廃棄する必要があります。

電気・電子機器廃棄物（WEEE）に関する European Directive 2002/96/EC に従って、製品ラベルは、欧州連合全体で適用される使用済み装置の返却およびリサイクルに関する枠組みを決定します。 WEEE ラベルは、その製品は廃棄してはならず、この指令に従って寿命が来れば再生しなければならないことを示します。

European WEEE Directive に従って、電気・電子機器廃棄物（WEEE）は、寿命が来れば、分別して収集し、再使用、リサイクル、または再生しなければなりません。 WEEE Directive の Annex IV に従って、WEEE ラベルが付いた電気・電子機器のユーザーは、寿命が来た装置を分別しないゴミとして処理してはならず、WEEE の返却、リサイクル、および再生のためお客様が利用可能な収集の枠組みを使用しなければなりません。 お客様の参加は、電気・電子機器に存在する有害物質による、電気・電子機器の環境および健康への影響を最小限に抑制するのに重要です。 適切な収集および処理については、「*サービスを受ける*」を参照してください。

RFID モジュールに関する規制事項

本文書で解説する操作コンソールを備えた機器には、無線自動識別（RFID）モジュールが備わっている可能性があります。RFID モジュールは、-20°C から 85°C (-4°F から 185°F）の気温で動作が保証されています。

Radio Frequency Interference (RFI)

RFID モジュールは、無線周波妨害（RFI）の制限値を定義する以下の米国標準に従っています。

Federal Communications Commission, Part 15

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class A digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a commercial installation. The equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the owner's manual instructions, may cause harmful interference to radio communications.

Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

WARNING **Per FCC rules, changes or modifications not expressly approved by Precor could void the user's authority to operate the equipment.**

Industry Canada

This device complies with RSS-210:2007 of the Spectrum Management & Telecommunications Radio Standards Specification. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This Class A digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Cet appareil numérique de la classe A est conforme á la norme NMB-003 du Canada.

ATTENTION: Haute Tension
Débranchez avant de réparer

ヨーロッパ連合による規制

CE コンプライアンスは、以下の指令に対して主張されます。

- 1999/5/EC R&TTE 指令
- 2006/95/EC LVD 指令
- 2002/95/EC RoHS 指令

指令コンプライアンスは、次の標準で確認されています。

- EN 55022
- EN 300 330-1 V1.5.1
- EN 300 330-2 V1.3.1
- EN 301 489-3 V1.4.1
- EN 301 489-1 V1.8.1
- EN 60950-1

Cardiovascular エクササイズ装置の規定通知

このセクションの規定情報は、エクササイズ装置および制御コンソールに適用されます。

Cardiovascular 装置の安全上の承認

Precor 装置は、試験され、次の適用される安全上の標準に従っていることが確認されています。

Cardiovascular（心血管）タイプ装置：

- CAN/CSA, IEC, EN 60335-1（家電および類似した電気機器 - 安全性）
- EN 957（静止したトレーニング装置、クラス S/B 準拠装置）

PVS および P80 規制通知

本 Precor 装置は、試験され、次の適用される安全上の標準に従っていることが確認されています。

- CAN/CSA、UL、IEC、EN 60065（オーディオ、ビデオおよび類似の電子装置 - 安全）

無線周波数干渉（RFI）

この Precor エクササイズ装置は、無線周波数干渉（RFI）の許容可能な制限を定義する国家標準に従います。

Federal Communications Commission, Part 15

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class A digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a commercial installation. The equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the owner's manual instructions, may cause harmful interference to radio communications.

WARNING **Per FCC rules, changes or modifications not expressly approved by Precor could void the user's authority to operate the equipment.**

Industry Canada

This Class A digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Cet appareil numérique de la classe A est conforme á la norme NMB-003 du Canada.

ATTENTION: Haute Tension
Débranchez avant de réparer

ヨーロッパ連合による規制

CE コンプライアンスは、以下の指令に対して主張されます。

- 2004/108/EC EMC 指令
- 2006/95/EC LVD 指令
- 2002/95/EC RoHS 指令

指令コンプライアンスは、次の標準で確認されています。

- EN 55022
- EN 55024
- EN 60335-1
- EN 60065 (P80 and PVS)

電気に関する注意事項：
120 V および 240 V トレッドミル

注： 注意事項 NEC（米国電気工事規程）のガイドラインまたはご使用地域の電気工事規定に従ってください。

装置に付属の地域の電気コード要件に合致した電源ケーブルを受け取っていなければなりません。 Precor トレッドミルは、20 アンペアの専用分岐回路に接続してください。同一回路に接続できる PVS（パーソナル・ビューイング・スクリーン）は 1 台だけです。
電源接続に関する追加サポートが必要な場合は、Precor の公認販売店までお問い合わせください。

重要： 各分岐回路には、コンセント接続のためのホットコンダクタとニュートラル コンダクタが付いています。コンダクタのループ接続、数珠つなぎ接続、別コンダクタへの接続は、しないでください。NEC ガイドライン または ご使用地域の電気工事規程に従って、回路を 接地してください。

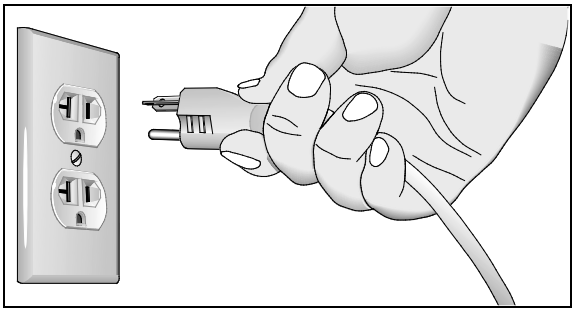


図 1: 120 V、20 A 電源プラグ

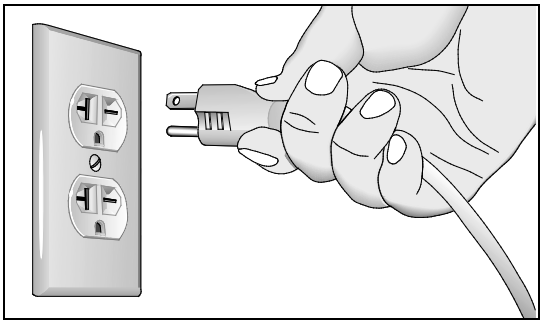


図 2: 240 V、20 A 電源プラグ

電気に関する注意事項：トレッドミルを除くすべての機器

注： 注意事項 NEC（米国電気工事規程）のガイドラインまたはご使用地域の電気工事規定に従ってください。

P80 コンソールまたはパーソナル ビューイング スクリーン（PVS）搭載の機器は、専用の電源接続が必要です。 20 アンペアの分岐回路には、最大 10 台のスクリーンが接続できます。 分岐回路に他のデバイスが接続している場合は、そのデバイスのワット数分だけ、スクリーンを減らす必要があります。

注： IEC-320 C13 および C14 プラグの付いた一般的なスプリッター電源コードで推奨される最大スクリーン数は 5 台です。

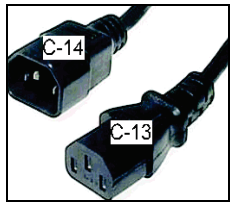


図 3: IEC-320 の C13 プラグと C14 プラグ

サービスを受ける

メンテナンスタスク以外で装置に修理点検を行わないでください。 品目が不足している場合は、ディーラーに連絡してください。 カスタマーサポート番号や Precor 認定のサービスセンターの一覧に関する詳細が必要な場合は、Precor のウェブサイト *(http://www.precor.com)* にアクセスしてください。

目次

重要な安全上の注意 5
安全上の注意 5
危険物の取扱いと廃棄 8
製品のリサイクルと廃棄 8
RFID モジュールに関する規制事項 9
Cardiovascular エクササイズ装置の規定通知 11
電気に関する注意事項：
120 V および 240 V トレッドミル 14
電気に関する注意事項： トレッドミルを除くすべての機器 15
サービスを受ける 16

はじめに 19
コンソール パーツの確認 20
トレッドミル安全クリップの使用 21
電気に関する注意事項：
トレッドミルを除くすべての機器 23
トレッドミル Auto Stop（自動停止）機能 24

システム設定 25
About（システム情報）.....26
Equipment Usage（マシンの使用履歴）.....29
System Settings（システム設定）.....30

ユーザーへの P80 コンソールの紹介 39
タッチ式心拍数計測機能の使い方 39
胸部ストラップトランスミッターの使用 41
表示チャンネルと View（ビュー）ボタンの使用 42
Media（メディア）パネルの使用 43
Workout Progress（ワークアウト進捗）パネルの使用 45

ワークアウトの開始 47
QuickStart™ ワークアウトの開始 48
おすすめのワークアウトの開始 48
プリセットのワークアウトの開始 49
ワークアウトの終了 50

メンテナンス 57
コンソールおよびディスプレイのクリーニング 57

章 1

はじめに

重要： 本リリースでは、現時点ですべての設定が使用できるわけではありません。 将来的なソフトウェアアップデートで、より多くの機能が使用可能になります。

P80 コンソールでは、管理者およびユーザーがそれぞれの特定のニーズを満たすデフォルト設定を設定できます。そのためにコンソールでは、管理権限に応じたユーザーのタイプにより異なる設定を行うことができます。

- ゲスト ユーザーは、サインインしたりユーザープロフィールを作成することなく、一部の機器でエクササイズを行います。
- 登録したユーザーは、サインイン パスワードまたは Preva™ Pass を使用して、ユーザー プロフィールを作成します。
- 登録済み保守技術者は、サインイン パスワードまたは特別の権限を備える Preva™ Pass を使用してコンソール設定を管理します。
- 管理者は常に登録されており、サインイン パスワードまたは Preva™ Pass を使用し、コンソール設定に完全アクセスできます。

個人情報および個人設定への変更は、登録したユーザーのプロフィールに保存されます。 登録していないユーザーも個人設定を変更できますが、ユーザー プロフィールがないため、変更は保存されず、現在のワークアウトにのみ適用されます。

コンソール パーツの確認

次の図は、コンソール キーの情報です。 機器のタイプによって、コンソール キーの番号とアクションがわずかに異なることがあります。

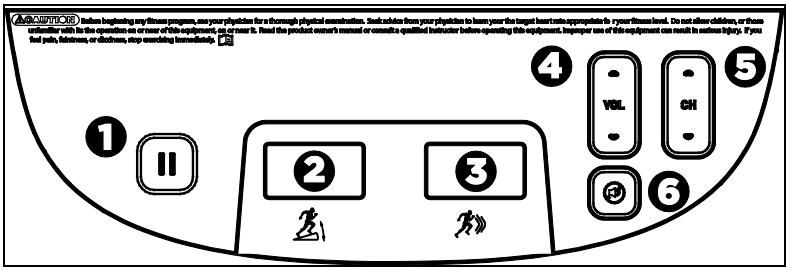


図 4: P80 コンソール キー

表 1. P80 コンソールのキーの説明

Number (番号)	Key Name (キー名称)	Detail (詳細)
❶	Pause (一時停止)	機器を停止します。
❷	インクライン /CrossRamp® インジケーター	トレッドミルおよび エリプティカルで表示 されます。
❸	強度インジケーター	機器のタイプによって は、速度/負荷インジケーターとも呼ばれます。
❹	Volume Up/Down (ボリューム アップ/ダウン)	音量（ボリューム）を 上下します。
❺	Channel Up/Down (チャンネル アップ/ダウン)	TV チャンネルを変更 します。
❻	Mute (ミュート)	音量のオン/オフを切り 替えます。

トレッドミル安全クリップの使用

トレッドミルには、次の 2 種類の停止機能があります。

ユーザーの動作	*トレッドミル ベルトの反応*	*コンソールの反応*
赤色の STOP (ストップ) ボタンを押す ❷	速度が落ち停止	エクササイズ ワークアウトが一時停止したことを表示します
安全クリップに付いた紐を引くとリスタート スイッチが作動 ❶	速度が落ち停止	「リセット スイッチを押してください」というメッセージとリスタート スイッチを示す矢印が表示されます

以下の図のように、リスタート スイッチはコンソールの真下の STOP (停止) ボタンのすぐ後ろにあります。作動させると、バーが持ち上がり、正面側に「リセット スイッチを押してください」と表示されます。 この表示がある間は、トレッドミルは作動しません。

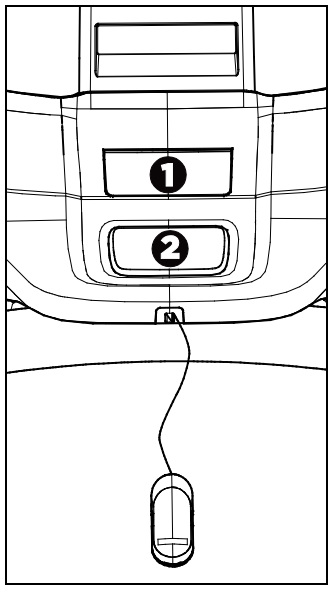


図 5: 再起動スイッチ

ユーザーには、トレッドミルでのエクササイズの際に安全クリップを使用することの重要性を説明してください。衣服の腰の位置に、安全クリップを装着するように指導してください。

エクササイズ中にリスタート スイッチが作動したら、次の手順にしたがってください。

1. 必要に応じて、安全クリップを再度装着してください。
2. カチっと音がするまでリスタート スイッチを押し、通常の位置に戻してください。

   注： リスタート スイッチが作動すると、現在のワークアウト情報はすべて消去されます。
3. ワークアウトを最初から行います。必要に応じて、すでに完了したエクササイズ量を考慮して時間を短縮してください。

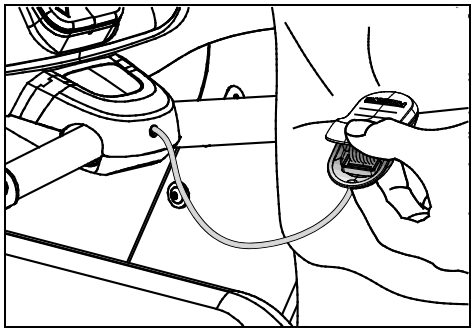


図 6: 安全クリップの装着

電気に関する注意事項：トレッドミルを除くすべての機器

注： 注意事項 NEC（米国電気工事規程）のガイドラインまたはご使用地域の電気工事規定に従ってください。

P80 コンソールまたはパーソナル ビューイング スクリーン（PVS）搭載の機器は、専用の電源接続が必要です。 20 アンペアの分岐回路には、最大 10 台のスクリーンが接続できます。 分岐回路に他のデバイスが接続している場合は、そのデバイスのワット数分だけ、スクリーンを減らす必要があります。

注： IEC-320 C13 および C14 プラグの付いた一般的なスプリッター電源コードで推奨される最大スクリーン数は 5 台です。

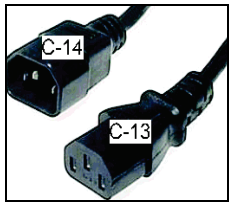


図 7: IEC-320 の C13 プラグと C14 プラグ

トレッドミルAuto Stop（自動停止）機能

重要： この機能の既定設定は ON です。 システム設定でこの機能を OFF にできますが、ON にしておくことを推奨しています。

Auto Stop（自動停止）機能はトレッドミルが利用されていないときに徐々に停止するように設計されています。これは、ワークアウト終了前に、トレッドミルを動かしたまま利用者がトレッドミルから降りてしまった場合のための機能です。

トレッドミルワークアウト開始または再開後 60 秒間が経過した時点で、Auto Stop モニタリングが開始します。利用者を感知した場合は、メッセージを表示しないで、ワークアウトを継続します。

利用者が感知されない場合は、30 秒後に停止予告として利用者が感知されません、**10** 秒後に停止しますと表示されます。 メッセージ表示中、10 秒のカウントダウンが開始されます。 利用者がカウントダウンを解除しないと、カウントダウン満了後ベルトは徐々に停止していきます。

注：体重 90 ポンド（41Kg)以上の利用者は、本機能の速度と感知範囲内であれば感知されます。 体重 50 ポンド（22.7ｋｇ)から 89 ポンド（40.5ｋｇ）の利用者は、速度や位置によっては感知されないことがあります。 常にコンソールの表示に注意し、適切な操作のため指示に従いましょう。

章 2

システム設定

利用者および施設に応じた設定は、システムモードで行ってください。 システムメニューは、機器管理者と登録済みの保守技術者にしか表示されません。 設定を変更すると、フィットネス機器に保存されます。

重要： システム設定にアクセスするには、特殊コードが必要です。 このコードは、システム設定を変更する権限を持つ人以外には開示しないでください。

システム メニューには次の設定があります。

- About (システム情報)
- Equipment Usage (マシンの使用履歴)
- System Settings (システム設定)

システム メニューを表示するには：

1. ウェルカム スクリーンで、**Pause** (一時停止) を押したままにします。

図 8: ポーズキー

2. **Pause**（一時停止）を押しながら、順番に従って次のキーを **1** 回ずつ押します。 下図を参照して、次のキーを押します。

   1 2 3 4

   Channel Up (チャンネル アップ**)** 1

   Volume Down (ボリューム ダウン**)** 2

   Volume Up (ボリューム アップ**)** 3

   Channel Down (チャンネル ダウン**)** 4

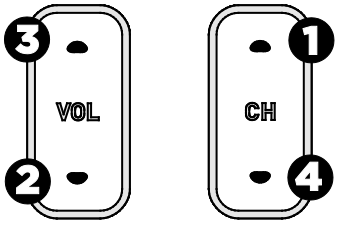


図 9: 設定セキュリティ コード

3. **Pause**（一時停止）から手を離します。
4. スクリーンの数字パッドを使用して、次の数字をタッチし、パスワードを入力します。

   5 6 5 1 5 6 5
5. **OK** をタッチします。

About (システム情報)

システム情報では、機器モデルおよびシリアル番号といった基本的な情報を確認できます。 こうした情報のほとんどは情報提供のみを目的としており、修正できません。

システム情報を表示するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **About (**システム情報**)** をタッチします。

表 2. 設定について

設定	アクセス	Detail (詳細)
イベントログ	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	最新のハードウェア イベントおよびソフトウェア イベントのリスト、および機器のステータスを表示します。 最後にイベントログを消去してからイベントが発生していない場合は、イベントログ スクリーンには何も表示されません。
イベントカウント	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	機器に記録されたイベントの数です。
コンソールのシリアル番号	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	コンソールのメモリに格納されています。
ベースのシリアル番号	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	コンソールのメモリに格納されています。
設置場所	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー 修正	登録時にコンソールで入力します。
バンドル・バージョンのリリース	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	現在のバージョンおよび過去のソフトウェアの更新のリストを表示します。 ソフトウェアのアップグレードのたびに自動的に更新されます。
ETag チェックの間隔	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	コンソールのメモリに格納されています。
ハートビートの間隔	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	コンソールがサーバーと通信を行う頻度です。

設定	アクセス	Detail (詳細)
ハートビートの最小間隔	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	特定の期間にコンソールがサーバーと通信を行う最少回数です。
ハートビートの最大間隔	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	特定の期間にコンソールがサーバーと通信を行う最大回数です。
MFE MAC アドレス	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	コンソールのメモリに格納されています。
ネットワークタイムサーバー 1	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	
ネットワークタイムサーバー 2	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	
ネットワークタイムサーバー 3	この設定を変更できるのは Precor の保守技術者のみです。	
マシンの種類	**Admin/Tech:** （管理者/技術者）ビュー	機器の種類です。

Equipment Usage (マシンの使用履歴)

Equipment Usage (マシンの使用履歴) 設定には、個々の使用履歴および機器の累積の使用履歴に関する情報が表示されます。 この情報および設定にアクセスできるのは管理者および登録済み保守技術者のみです。

使用履歴を表示するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **Equipment Usage** (マシンの使用履歴) をタッチします。

表 3. Equipment Usage (マシンの使用履歴) 設定

設定	アクセス	Detail (詳細)
累積ワークアウト時間 (秒)	**Admin/Tech: (**管理者**/**技術者**)** ビュー	合計秒数です。 ワークアウトクロックが起動すると、秒数がカウントされます。
累積ワークアウト距離	**Admin/Tech: (**管理者**/**技術者**)** ビュー	• トレッドミルが使用距離をレポートします。 • AMT は「水平距離」をキロメートル (マイル) でレポートします。 • エリプティカルは合計ストライド数をキロメートル (マイル) に変換します。 • バイクは合計回転数をキロメートル (マイル) に変換します。
累積ワークアウトセッション数	**Admin/Tech: (**管理者**/**技術者**)** ビュー	セッションの合計数です。 概要スクリーンが表示されると、セッションがカウントされます。

設定	アクセス	Detail (詳細)
最終ワークアウトの開始日付と時刻	**Admin/Tech: (**管理者**/**技術者**)** ビュー	最終ワークアウトの開始日です。
最終ワークアウトの終了日付と時刻	**Admin/Tech: (**管理者**/**技術者**)** ビュー	最終ワークアウトの終了日です。

System Settings (システム設定)

System Settings (システム設定) を使用すると、機器をテストしたり、ユーザーと施設に合わせたパラメータを設定できます。 System Settings (システム設定) メニューは、管理者および登録済み保守技術者以外は表示できません。

System Settings (システム設定) メニューには、以下の項目が含まれます。

- Connectivity (コネクティビティ)
- Display (ディスプレイ)
- TV Settings (テレビの設定)
- Workout Limits (ワークアウトの制限)
- Manage Settings (設定の管理)

Connectivity (コネクティビティ)

オーディオ、ビデオおよびネットワーク インフラストラクチャの設定には、専門知識が必要です。 Precor では、このインフラストラクチャの設定の際には専門業者と共同で作業することを強く推奨します。

この設定では、以下の情報が表示されます。

- ネットワークの種類
- 設定
- 現在の状態
- IP アドレス
- Preva Server

コネクティビティ情報を表示するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **System Settings** (システム設定) をタッチし、次に **Connectivity (**コネクティビティ**)** をタッチします。

表 4. Connectivity (コネクティビティ) 設定

Settings (設定)	**Default (既定)**	**Detail (詳細)**
ネットワークの種類	Wired (有線)	
設定	Automatic (自動)	Automatic (自動) または Manual (手動) Network Settings (ネットワーク設定) を押すと以下の内容が表示されます。 • IP アドレス • ネットマスク • ゲートウェイ • DNS プライマリ • DNS セカンダリ
現在の状態		Connected (接続) または Not Connected (非接続)
IP アドレス		場所固有
Preva Server		URL 地域固有

Display (**ディスプレイ**)

これらの設定はコンソールごとに設定できます。また、Preva™ Business Suite を使用して設定することもできます。 ディスプレイ設定を変更する前に、機器を停止しておく必要があります。 以下の条件をすべて満たす場合に、フィットネス機器が停止していると定義されます。

- 登録したユーザーがログインしていない。
- 機器のフレーム パーツが動作していない。
- タッチ スクリーンへの入力がない。
- どのボタンも押されていない。

ディスプレイ設定を表示するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **System Settings** (システム設定) をタッチし、次に **Display** (ディスプレイ) をタッチします。

表 5. Display Settings (ディスプレイ設定)

設定	**設定 オプション**	**既定値**
測定単位	米国標準 (ヤード・ポンド法) メートル法	米国標準 (ヤード・ポンド法)
スタンバイモードまでの時間	• 5 分 • 15 分 • 30 分 • 60 分	15 分
時間帯	GMT —12 から GMT + 12	GMT-06 太平洋時間 (米国 & カナダ)
字幕	On/Off (オン/オフ)	ON

TV Settings (**テレビの設定**)

TV Settings (TV 設定) は、ユーザー向けの TV チャンネルを設定する際に便利です。

TV Settings (TV 設定) には以下の項目があります。

- Channel Guide (番組表)
- Region (リージョン)
- Default Channel (デフォルトのチャンネル)
- Skip Unnamed Channels (無名のチャンネルをスキップ)

TV 設定を表示するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **System Settings** (システム設定) をタッチします。
3. **Display** (ディスプレイ) をタッチし、次に **Channel Guide (**チャンネル ガイド**)** をタッチします。

Channel Guide (番組表)

チャンネルは、以下の方法のいずれかまたは両方で設定できます。

- 利用可能なチャンネルをスキャンします。
- チャンネルを手動で追加します。

以下の手順では、チャンネル ガイドの設定およびオーディオやビデオの再生の設定方法を説明します。

利用可能なチャンネルをスキャンするには：

1. **System Settings** (システム設定) をタッチします。
2. System Settings (システム設定) メニューで、**Display** (ディスプレイ) をタッチし、次に **TV Settings** (TV 設定) をタッチします。
3. **Channel Guide** (チャンネル ガイド) をタッチし、次に **Scan Channel** (チャンネルのスキャン) をタッチします。

   コンソールが利用可能なチャンネルをスキャンし、利用可能なチャンネルがスクリーンに表示されます。

チャンネル ガイドを追加するには：

1. Channel Guide (チャンネル ガイド) スクリーンで、**Add Channel** (チャンネルの追加) をタッチします。

2. Add Channel (チャンネルの追加) スクリーンで、新しいチャンネルの番号を選択します。
3. **Channel Name** (チャンネル名) ボックスに新しいチャンネルの名前を入力します。
4. 必要な場合は、**OK** をタッチして希望のスクリーンに戻ります。

チャンネル ガイドからチャンネルを削除するには：

1. チャンネル ガイド スクリーンで、削除したいチャンネルのリストをタッチします。
2. リストの横に表示される **Delete** (削除) ボタンをタッチします。
3. 「Are you sure? (本当に削除しますか？)」と表示されたら、処理することを確認してから **Yes** (はい) をタッチします。

表 6. TV Settings (テレビの設定)

Settings (設定)	Default (既定)	Detail (詳細)
Channel Guide (番組表)		Scan channels (チャンネルのスキャン)
Region (リージョン)	United States (米国)	場所に最適なリージョンを選択します。
Default Channel (デフォルトのチャンネル)		機器のデフォルトのチャンネルを設定します。 これは TV の電源を入れた時に表示されるチャンネルです。
Skip Unnamed Channels (無名のチャンネルをスキップ)		On/Off (オン/オフ)

Workout Limits (**ワークアウトの制限**)

重要： 本リリースでは、現時点ですべての設定が使用できるわけではありません。 将来的なソフトウェア アップデートで、より多くの機能が使用可能になります。

Workout Limits (ワークアウトの制限) 設定では、機器の使用方法を制御できます。 これらの設定を使用すると、

速度、インクライン、負荷および期間といった機器の使用における無理のない制限を設定できます。

一般に、フィットネス機器の利用率は、ユーザーからの人気や、施設で 1 日のうち最も混雑する時間帯における機器の利用状況に左右されます。 時間制限を設定することで、最も混雑する時間帯におけるユーザーの使用時間を制限し、より多くのユーザーが機器を利用できるようになります。

Workout Limits（ワークアウトの制限）設定はユーザープロフィールと関連がなく、プロフィールの一部として保存されません。また、ユーザーはこの設定にアクセスできません。 管理者および保守技術者の両方がアクセス権限を表示、修正できます。

ワークアウトの設定を修正するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **System Settings**（システム設定）をタッチし、次に **Workout Limits**（ワークアウトの設定）をタッチします。

表 7. Workout Limits (ワークアウトの設定) 設定

Setting Name (設定名称)	Setting Options (設定オプション)	Default Value (既定値)
Maximum Workout Duration (最大ワークアウト時間)	オンスクリーン キーパッドを使用すると、該当するフィットネス機器で許可される最大ワークアウト時間を入力できます。	60 分
Maximum Pause (最大一時停止時間)	• 1 秒 • 5 秒 • 15 秒 • 30 秒 • 60 秒 • 120 秒 • 300 秒	30 秒
Summary Time Out (サマリーの表示時間)	• No Time Out (表示時間なし) • 30 秒 • 60 秒 • 120 秒	60 秒
Resistance Range (負荷の範囲)	• Low (低) • Medium (中) • High (高)	Medium (中)
Speed Limit (速度制限) (トレッドミル)	1-25.5 km/h (1-16 mph)	25.5 km/h (16 mph)
Incline Limit (インクライン制限 (トレッドミル}	0.5-15 (インクライン範囲は -3 から 15 です)	15
Autostop (オートストップ)	• ON • OFF	ON

Manage Settings (**設定の管理**)

この設定を使用すると、機器の設定を USB メモリに保存したり、USB メモリから新しい機能をインポートすることもできます。

設定を管理するには：

1. 管理者コードとパスワードを使用して、システムメニューを表示します。
2. **System Settings** (システム設定) をタッチし、次に **Manage Settings** (設定の管理) をタッチします。
3. 作業内容に応じて、**Save to USB** (USB に保存) または **Import from USB** (USB からインポート) を押します。

章 3

ユーザーへの P80 コンソールの紹介

重要： 本リリースでは、現時点ですべての設定が使用できるわけではありません。 将来的なソフトウェアアップデートで、より多くの機能が使用可能になります。

P80 コンソールの備えるクリアな画面とタッチスクリーン レイアウトにより、プログラムがより分かりやすくなりました。 複数のプリセットのワークアウトは、ユーザー各自のフィットネス目標の達成に役立つよう設定されており、コンソール キーと耐久性のあるモーション コントロールは反応性にも優れ、どなたにも使いやすくなっています。

重要： ユーザーにフィットネス機器の使用を許可する前に、ユーザーと一緒に本ガイドの以下のセクションの確認を行ってください。

- *重要な安全上の注意*
- *安全クリップの使用（トレッドミルのみ）*
- *ユーザーへの指導*

タッチ式心拍数計測機能の使い方

注： タッチ式心拍数計測機能は、生理機能、運動レベル、年齢などにより変わります。 手が乾燥していたり、汚れたりヌルヌルしている場合や手のひらの皮膚が特に厚い場合には、心拍数の表示が不安定になることがあります。 ハンドローションを使用した場合も、表示が不安定になることがあります。 また、センサーが汚れておらず、正しく接触できることを確認してください。

タッチ式心拍数計測機能を利用するには、機器のハンドルバーのメタル心拍数センサーに手のひらを直接当ててください。 心拍数をより正確に計測するには、次の留意点にご注意ください。

- 必ず両手でセンサーを握って計測を行ってください。
- 計測には、継続的な心拍 (15 から 20 秒) が必要です。
- センサーはあまり強く握らないでください。 ゆるく包みこむような形を続けてください。 強く握ると測定値に影響が出ます。
- 運動を行うにつれて、発汗作用により鼓動のシグナルが伝わりやすくなります。 心拍数計測がハンドルを握ってもうまくいかない場合には、ワークアウトを行った後再度心拍数シグナルが得られるかどうか試してください。
- タッチ式心拍数計測機能がうまく作動しない場合は、胸部送信機ストラップをお使いください。

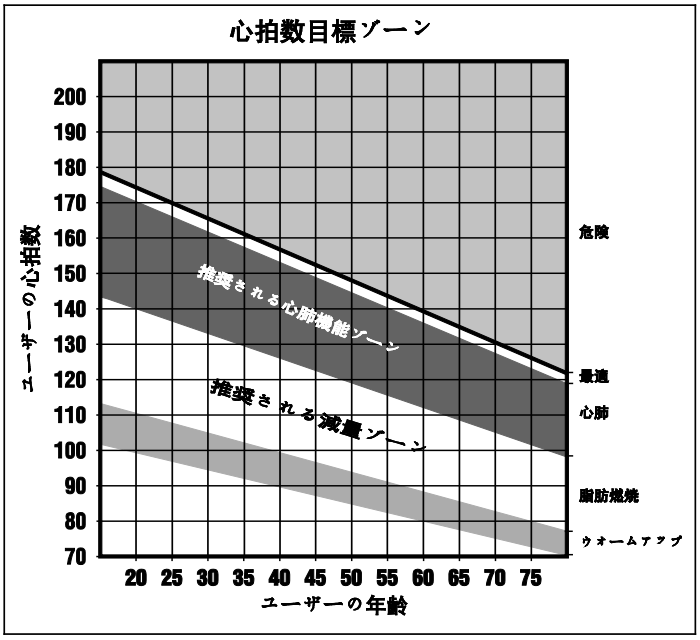


図 10: 心拍数目標ゾーン

注意: 心拍数は有酸素運動の心拍数限度の85%を超えてはなりません。 心拍数限度は、220から年齢を差し引いて算出します。

胸部ストラップトランスミッターの使用

警告 **胸部ストラップトランスミッター（或いは心拍数ストラップ）が使用する信号は、ペースメーカーやその他の埋込式の器具と干渉する場合があります。胸部ストラップトランスミッターを使用する前に、主治医と胸部ストラップトランスミッター並びに埋込式の器具の製造元に確認してください。**

胸部ストラップトランスミッターをワークアウト中に身につけていると、心拍数情報が継続的に提供されます。心拍数を検出するには、タッチ式心拍数センサーを握るか、胸部ストラップ送信機を装着してください。タッチ式と無線データの両方がある場合は、タッチ式データが優先されて表示されます。

注： 正確に測定するには、ストラップを胸骨下部（女性のバストラインの下）の肌に直接装着してください。

胸部ストラップ送信機使の使用には、

1. 水道の水でストラップの裏を慎重に湿らせなければなりません。
   重要：脱イオン処理した水は使わないでください。純粋には、電気パルスを伝えるための適切なミネラルや塩分が含まれません。
2. ストラップを調整して、胸の回りに固定します。ストラップは、動きを制限しない程度に体にぴったり合わせます。
3. 胸部ストラップは、上下が正しい状態で胸に水平に配置され、胸の中央に来るようにします。
4. 機器の心拍数機能で、胸部ストラップの位置を確認してください。 心拍数が登録されれば、胸部ストラップは正しく装着されています。心拍数が登録されなければ、胸部ストラップの位置を再調整し機器の心拍数機能で再確認してください。

表示チャンネルと View (ビュー) ボタンの使用

ワークアウト中の情報を表示する、 主なスクリーン ビューが 3 つあります。View (ビュー) ボタンを押すと、スクリーンの表示方法と情報を変更できます。

- ワークアウト ビュー - パネル、アイコン バー、ステータス バーが表示されます。 ワークアウトに完全に集中するためのビューです。
- ステータス ビュー - ステータス バーとアイコン バーのみが表示され、コンソール中央部はメディア表示用に空いています。
- メディア ビュー - メディアと Views (ビュー) および Channel (チャンネル) ボタンのみが表示されます。 メディアに完全に集中するためのビューです。

  注：*Channels* (チャンネル) ボタン名は、使用メディアによって変わります。 たとえば、ワークアウト ガイドを観ている場合は、ボタン名は *Videos* (ビデオ) となります。

スクリーン ビューの変更

Personal Progress (個人の進捗) パネルが表示されている時は、**Views** (ビュー) ボタンはアイコンとしてワークアウト スクリーンの右下隅に表示されます。

図 11: ビュー アイコン

このパネルを表示するには：

- **Quick Start** を押します。
- **Workouts** (ワークアウト) を押し、プリセットのワークアウトを選択して、**GO** を押します。
- ウェルカム スクリーンの **GO** で、用意されているワークアウトから選択します。

ビューを変更するには：

1. デフォルト（既定）のビューはワークアウト ビューです。 パネルをスクリーンの端から端までスライドさせて、メディア パネルを表示します。
2. **View**（ビュー）を 2 回押して、ステータス ビューを表示します。
3. 3 回目に **View**（ビュー）を押すと、ステータス バーが消え、メディア ビューのみが表示されます。

Media（メディア）パネルの使用

Media（メディア）パネルはメディア ソースの選択の際に使用します。

メディア ソースを選択するには：

1. Workout Progress（ワークアウト進捗）パネルで、**Media**（メディア）アイコンをタッチするか、次のパネルの右端を画面上でスライドさせます。

図 12: メディア アイコン

2. **Media**（メディア）パネルには、現在選択しているメディアの説明が表示されます。 ボタンを使用してこのパネルをボックスの右に移動させます。

表 8. Media (メディア) ボタン

ボタン	Action (アクション)
Previous Channel (前のチャンネル)	前のメディア ソースまたは TV チャンネルに戻ります。
TV Channels (チャンネル)	チャンネル リストを表示します。
Workout Guides (ワークアウトガイド)	チュートリアル ビデオのリストを表示します。
iPod®	ースを iPod に変更し、Media (メディア) パネルを更新します。
OFF	すべてのメディアをオフにします。

iPod® の接続と使用

お気に入りの気分の乗る音楽を聴くことができ、コンソールから直接 iPod を操作できます。

iPod に接続するには：

1. iPod をコンソール最上部のコネクタに挿入し、iPod が備え付けのポケットにしっかり収まるようにします。
   メディア パネルに、現在再生されている曲名とともに **Now Playing iPod** (iPod 再生中) の文字が表示されます。
2. ヘッドフォンをコンソールに差し込みます。
   注：ヘッドフォンは iPod ではなく、必ずコンソールに差し込んでください。 iPod に差し込むと、コンソール キーを使用して音量を調節することができません。
3. 一時停止する場合は、一時停止ボタンを押します。

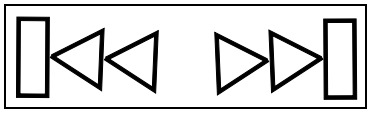


図 13: トラック ボタン

4. 別の曲を聴く場合は、トラック ボタンをタッチします。

Workout Progress (ワークアウト進捗) パネルの使用

Workout Progress (ワークアウト進捗) パネルを使用すると、ワークアウトをカスタマイズできます。 これは、ワークアウトを選択する、または **GO** を押した時に、最初に表示されるパネルです。 Media (メディア) パネルを操作している場合は、Workout Progress (ワークアウト進捗) パネルに戻るのに 2 つの方法があります。

Workout Progress (ワークアウト進捗**)** パネルに戻るには：

1. Media (メディア) パネルで、**Workout** (ワークアウト) アイコンを押すか、次のパネルの右端を画面上でスライドさせます。
2. **Workout Progress** (ワークアウト進捗) パネルに、現在選択しているメディアの説明が表示されます。ボックスの右側にはボタンがあります。

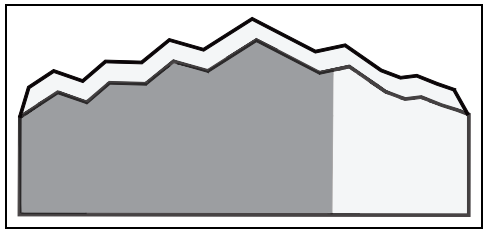


図 14: ワークアウト進捗アイコン

表 9. Workout Progress (ワークアウト進捗) ボタン

ボタン	Action (アクション)
ワークアウト	該当の機器で利用可能なゴールとプリセットのワークアウトのリストが表示されます。
時間	ワークアウトの長さを設定します。
個人情報	年齢と体重を入力します。
目標	ワークアウト セッションの目標となる Distance (距離) または Calories (カロリー) を選択します。 最大距離： 80.5 キロメートル (50 マイル) 最大カロリー： 5000 カロリー

章 4

ワークアウトの開始

注意: トレッドミルを使用する際には、ワークアウトを開始する前に必ずセキュリティークリップを、着衣に取り付けてください。

重要： 本リリースでは、現時点ですべての設定が使用できるわけではありません。 将来的なソフトウェア アップデートで、より多くの機能が使用可能になります。

P80 コンソールにはさまざまなワークアウト オプションが用意されています。 次のセクションでは、利用可能なワークアウトの種類、それを使用して開始する方法について説明します。

QuickStart™ ワークアウトの開始

QuickStart ワークアウトでは、ワークアウトを Manual (手動) モードで開始できます。 燃焼カロリーなどの既定設定は、体重 68 kg (150 ポンド)、年齢 35 歳を基準にして計算されます。 既定値を使用してワークアウトを完了することもできますし、個人に合わせた設定を使用することもできます。

エクササイズを今すぐに始めるには：

1. **Quick Start** をタッチします。

   Enjoy Your Workout (ワークアウトを楽しんでください) (トレッドミル使用時は **Starting Treadmill** (トレッドミルの起動) の文字がスクリーンに表示され、Manual (手動) ワークアウトが始まります。

   注： トレッドミルの場合は、3 秒のカウントダウン (**3, 2, 1**) 後に、ベルトが動き始めます。
2. ワークアウト中はいつでも好きな時に、**Pause** (一時停止) を押すことができます。 このボタンを押すと、ワークアウトが一時停止します。ワークアウトの **Resume** (再開) または **Finish** (終了) が選択できます。

   ワークアウトの終了を選択すると、**Workout Summary** (ワークアウト概要) スクリーンに今回のセッションのワークアウト ステータスが表示されます。

おすすめのワークアウトの開始

Featured Workout (おすすめのワークアウト) はウェルカム スクリーンのパネルに表示されます。Featured Workouts (おすすめのワークアウト) を使用すると、プリセットのプログラムのメリットを確認し、自身のワークアウトにバラエティを持たせることができます。

Featured Workout (おすすめのワークアウト) を開始するには、**Go** (**Featured Workout** (おすすめのワークアウト) パネル) をタッチします。

プリセットのワークアウトの開始

プリセットワークアウトで、フィットネスの目的に合わせてワークアウトを選び、自分にあったワークアウト設定ができます。

プリセットのワークアウトでは、年齢と体重からカロリーと心拍数の目標を計算します。
年齢と体重はワークアウトの開始時に入力できます。
入力しない場合は、ワークアウトは機器の既定設定を使用して、ワークアウトの値を計算します。

プリセットのワークアウトを開始するには：

1. ウェルカム スクリーンで、**Workouts**（ワークアウト）をタッチします。

   Workouts（ワークアウト）スクリーンが表示されます。
2. スクリーン上部の各目標を展開すると、その目標グループで利用可能なワークアウトが表示されます。特定の目標について利用可能なワークアウトを表示するには、その目標の最初にあるワークアウトをタッチします。
3. 特定のワークアウトを開始するには、ワークアウトの名称をタッチしてから **GO** をタッチします。

   Enjoy Your Workout（ワークアウトを楽しんでください）の文字がスクリーンに表示され、Manual（手動）ワークアウトが始まります。

   注： トレッドミルの場合は、3 秒のカウントダウン（**3, 2, 1**）後に、ベルトが動き始めます。
4. ワークアウト中は好きな時に、**Pause**（一時停止）を押すことができます。 このボタンを押すと、ワークアウトが一時停止します。ワークアウトの **Resume**（再開）または **Finish**（終了）の選択が可能になります。ワークアウトを続ける場合は、**Resume (**再開**)** をタッチします。

   ワークアウトの終了を選択すると、**Workout Summary**（ワークアウト概要）スクリーンに今回のセッションのワークアウト ステータスが表示されます。

表 10. プリセットのワークアウトの説明

目標	ワークアウト詳細
Lose Weight (減量**)**	体重を減らすよう設計された プログラムを行います。
Be Fit (ビーフィット**)**	活動的で健康を保つための フィットネス レベルを 維持します。
Get Toned (ゲットトーン**)**	脚のラインを美しく整えます。 ふくらはぎ、大腿部、臀部を 集中的に鍛えます。
Push Performance (プッシュ パフォーマンス**)**	高強度のインターバルを選択する か、距離トレーニングを行います。
Test Your Fitness (フィットネステスト**)**	年齢と体重に基づき、 フィットネス レベルを テストします

ワークアウトの終了

ワークアウトを終了するには、**Pause**（一時停止）を押してから **Finish**（終了）をタッチします。 今回のワークアウトの概要スクリーンが表示されます。 測定値には以下の項目があります。

- 距離
- 消費カロリー
- 時間
- 平均移動速度/分（または機器の種類に基づいた適切な測定値）
- 平均心拍数

個人情報または進捗設定

フィットネス テストまたは心拍数プログラムを開始する前には、Workout Progress（ワークアウト進捗）パネルに個人情報を入力するよう求められます。 この情報には、年齢、体重、ワークアウト セッションの長さなどが含まれます。 カロリーやワットといったステータスを追跡している場合は、機器はこの情報を使用して、ワークアウト中のエネルギー消費量を正確に計算します。

個人設定を入力するには：

1. **Quick Start™** をタッチするか、または **Workout**（ワークアウト）を選択してエクササイズを開始します。

   Workout Progress（ワークアウト進捗）パネルがスクリーンに表示されます。
2. パネルで、**Duration**（期間）をタッチして、エクササイズを行う時間を入力します。
3. パネルで、**Personal Info**（個人情報）をタッチして、年齢と体重を入力します。

   重要： 本リリースでは、現時点ですべての設定が使用できるわけではありません。 将来的なソフトウェア アップデートで、より多くの機能が使用可能になります。

表 11. 個人情報設定の例

設定	Setting Options (設定オプション)	既定値	アクセス	Detail (詳細)
年齢	• ＞85 • 75 - 84 • 65 - 74 • 55 - 64 • 45 - 54 • 36 - 44 • 35 • 25 - 34 • 18 - 24 • ＜18	35	**Admin/Tech: (管理者/技術者)** なし	年齢を数値または範囲で入力します。
体重	• ＞310 • 290 - 309 • 270 - 289 • 250 - 269 • 230 - 249 • 210 - 229 • 190 - 209 • 171 - 189 • 170 • 150 - 169 • 130 - 149 • 110 - 129 • ＜110	170	**Admin/Tech: (管理者/技術者)** なし	体重を数値または範囲で入力します。

ワークアウト強度の調節

機器のインクライン、速度および負荷を調節するには、コンソール キーのすぐ下にあるモーション コントロールを使用します。

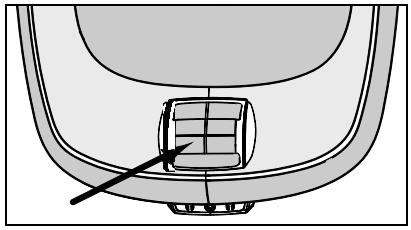


図 15: モーション コントロール

モーション コントロールを上下に調節すると、

インクライン、速度または負荷を変更できます。

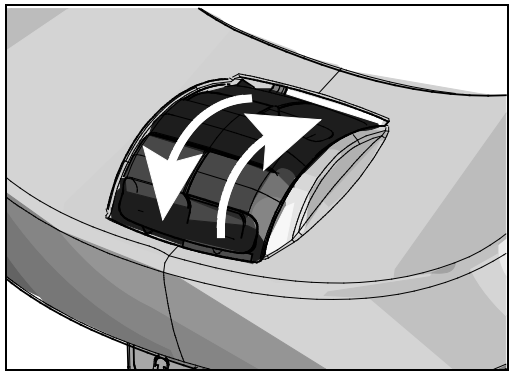


図 16: モーション コントロールの上／下への調節

プリセットのワークアウトの多くは、ワークアウトの強度に合わせて、これらの設定を自動的に調節します。ワークアウト中はいつでも好きな時に、コントロールの設定を調節できます。その場合、既定のワークアウト設定は無効となります。

ワークアウト時のワークアウト ステータスの表示

ステータス バーは、ステータス測定値を含めて、表示されているスクリーンの最上部に表示されます。ステータス バーに情報が表示されることで、エクササイズ セッションに対する身体反応を測定するのに役立ちます。 デフォルトのステータス測定値には以下の項目があります。

- 経過距離
- 燃焼カロリー
- 残り時間
- 平均速度（機器の種類によって、ストライド数/分、ペース、RPM などで表示されます）
- 心拍数

ステータス バー内の測定値の表示方法を変更できます。たとえば、エクササイズ セッションの長さを経過時間や残り時間で表示させることもできます。

表示方法の変更には次の 2 つの方法があります。

- 既定値の設定を変更する。
- ステータス バーのビューを変更する。

ステータス バーを使用してステータス測定値を変更するには：

1. **Status Bar**（ステータス バー）で、ステータス カテゴリの隅にある矢印をタッチしてドロップダウン メニューを表示します。
2. ドロップダウン メニューで、ステータス バーに表示させる別の測定値をタッチします。

   別の測定単位がステータス バーの上部に移動し、既定の測定値に置き換わります。 メニューを終了します。
3. 矢印をもう一度タッチすると、メニューが格納されます。
4. 任意のステータス カテゴリに対して同じ操作を繰り返し、ワークアウト ステータス ビューをカスタマイズします。

   注：管理者および登録済み保守技術者はステータス設定を無効にできます。

フィットネス ワークアウトの採点

この情報は、**Test Your Fitness**（フィットネスのテスト）ワークアウトのスコアを読み取るのに役立ちます。

このテストのスコアは以下の計算式で求められます。酸素（O_2）消費速度（mL/分）をユーザーの最大心拍数（220 - 年齢）で調整し、ユーザーの体重（kg）で割る

表 12. フィットネス スコア参照テーブル

低フィットネス レベル

年齢	低フィットネス 男性	低フィットネス 女性
28 - 39	< 35	<28
40 - 49	< 35	< 26
50 - 59	< 29	<24
60 歳以上	< 24	< 22

中フィットネス レベル

年齢	中フィットネス 男性	中フィットネス 女性
28 - 39	35 - 42	28 - 33
40 - 49	32 - 39	26 - 31
50 - 59	29 - 36	24 - 29
60 歳以上	24 - 31	22 - 26

高フィットネス レベル

年齢	高フィットネス 男性	高フィットネス 女性
28 - 39	> 42	> 33
40 - 49	> 39	> 31
50 - 59	> 36	> 28
60 歳以上	> 31	> 26

章 5

メンテナンス

継続的に機器を正常に機能させるには、このセクションに推奨される間隔で、簡単なメンテナンス作業を行ってください。 このセクションに記載されている方法で装置のメンテナンスを行わなかった場合、Precor の限定保証が無効になることがあります。

危険 **電気ショックのリスクを軽減するため、掃除やメンテナンス作業を行う前に、必ず電源から機器を外しておいてください。 機器がオプションの電源アダプターを使用している場合は、アダプターを外してください。**

コンソールおよびディスプレイのクリーニング

コンソールおよびスクリーンは設置後に簡単なメンテナンスが必要です。 Precor では、各エクササイズセッションの前後にコンソールおよびスクリーンを掃除することを推奨しています。

コンソールスクリーンからほこりや汚れを取り除くには：

- 水 30 に対して 1 の Simple Green® 溶液で湿らせた柔らかい布で汚れた表面をふき取ります（詳細は **www.simplegreen.com** を参照してください）。

スクリーンを掃除するには：

- 91% のイソプロピル アルコール溶液を同量の水で希釈するか、91% のイソプロピル アルコール溶液を原液の濃度で使用することを推奨しています。溶剤に関するメーカーの注意事項および溶剤を使用する際の指示に必ず従ってください。

注意： イソプロピル アルコールの使用に関して危険性が高い状況では、軽度または中程度の怪我や物的損害の原因となる場合があります。 このような状況を回避するために、メーカーの製品安全データシートおよび製品ラベルのすべての指示および推奨事項に従ってください。

重要： 酸性洗剤は決して使用しないでください。 酸性洗剤を使用すると塗装やコーティングを傷め、Precorの限定保証は無効になります。 コンソールまたはコンソール スクリーンに水やスプレーの液体を直接注がないでください。

- *コンソールやコンソール スクリーンに腐食性薬品は使用しないでください。*
- *常に布を湿らせ、スクリーンを掃除します。クリーニング用の液体はスクリーンではなく布に吹きかけ、水滴がコンソールに浸み込まないようにしてください。*
- *柔らかい糸くずのない布でクリーナーを使用してください。ほこりの付いた布は使用しないでください。*

注：

注：

Precor Incorporated
20031 142nd Avenue NE
P.O. Box 7202
Woodinville, WA USA 98072-4002

P80 OM 301407-551 rev A, ja
2011年7月14日

Adaptive Motion Trainer® の組み立てとメンテナンス

AMT® 885 • AMT® 835

PRECOR®

Adaptive Motion Trainer®
の組み立てとメンテナンス

AMT® 885 • AMT® 835

PRECOR®

エディション情報

Adaptive Motion Trainer の組み立てとメンテナンス AMT 885 / 835

P/N 300710-551 rev A

Copyright © June 2011 Precor Incorporated. All rights reserved. 仕様は予告なしに変更される場合があります。

商標に関する注記

Precor、AMT、および EFX は、登録商標です。Preva は、Precor Incorporated の商標です。 本書内のその他の名称は、それぞれの所有者の商標または登録商標です。

知的所有権通知

Preva Business Suite のソフトウェアのすべての権利、タイトルおよび利害、付属する印刷物、当該ソフトウェアのコピー、ならびに Preva Business Suite を介して収集されたすべてのデータは、Precor またはそのサプライヤーが、適宜独占的に所有するものとします。

Precor は、数々の賞に輝いた革新性が高いフィットネス機器のデザインで広く知られています。 Precor は、製品デザインの機械構造と外観の両方において、米国および外国の特許を積極的に出願しています。 Precor の製品デザインの利用を意図している方には、Precor はその所有権の無許可の利用を深刻に受け止めていることをここに警告します。 Precor は、その所有権の無許可の利用については必ず積極的に追求します。

Precor Incorporated
20031 142nd Ave NE, P.O. Box 7202
Woodinville, WA 98072-4002
1-800-347-4404

http://www.precor.com

重要な安全上の注意

組み立てを始める前に、次の事前注意事項をお読み頂き、将来参照する場合に備え、保管しておいてください。

この付属機器（以下コンソールという）は、Precor 社の運動器具（以下ベースユニットという）と一緒に発送することを前提としています。 個別に販売されるよう梱包されたものではありません。

警告 **負傷事故を防ぐため、ベースユニット添付の組立・設置取扱書の指示通りに、コンソールをベースユニットに取り付けてください。コンソールのAC電源への接続には、添付の電気コード以外は使用しないでください。 ベースユニットに添付の組立・設置取扱書に従って設置が完了したら、電源を入れてください。 コンソールはPrecor社のフィットネス機器付属品として製造されたものであり、それ以外の使用はできません。**

安全上の注意

この装置を使用するときには、怪我、火災、または損傷などを避けるために、必ず基本的な安全上の注意に従ってください。 このマニュアルの他のセクションで、安全機能について詳細に説明しています。 必ずこれらのセクションを読み、安全上の注意をすべて守ってください。 これらの事前注意には次のものが含まれます。

- 装置を設置および使用する前にこのガイド内のすべての指示を読んでください。また、装置のラベルに従ってください。
- すべてのユーザーがフィットネスプログラムを開始する前に、医師による健康診断を受けることを確実にしてください。
- お子様や操作に詳しくない方が、この装置に乗ったり近づいたりしないようにしてください。装置の近くにいるお子様から目を離さないでください。

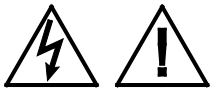
- すべてのユーザーは運動に適したエクササイズ用の服および靴を必ず着用し、緩めの服装やひらひらの付いた服装をしないことを徹底してください。ユーザーはヒールのある靴や革底の靴を避け、靴のソールを確認して砂や小石が埋まっていたら除去してください。長い髪は後ろで結んでください。
- 装置に電源が入っているときには側を離れないでください。使用していないとき、掃除をするとき、および認証された修理を提供するときには電源から外してください。

  注： オプションの電源アダプタはセルフパワー装置の電源と考えられています。
- 装置とともに提供された電源アダプタを使用してください。 装置に記載されているように、電源アダプタを適切な接地コンセントに接続してください。
- 装置の備え付けまたは取り外しの際には、十分にご注意ください。
- ご使用の前に、非常停止の手順をお読み頂き、ご理解の上、テストしてください。
- 電源コードまたはオプションの電源アダプタは、高温の表面から離してください。
- 電源ケーブルは、踏まれたり、挟まれたり、または装置を含め、物を上に乗せて損傷したりしないように配線してください。
- 装置が適切な換気をすることを確認してください。装置の上または上方に何も置かないでください。換気口をふさぐ可能性があるクッション性のある場所では使用しないでください。
- 装置の組み立てと使用は、安定した水平な場所で行ってください。
- 装置設置に適した場所
  - トレッドミル以外の全装置 装置の左右が少なくとも 40 インチ（1 メートル）壁や家具から離れており、装置の後方 40 インチ（1 メートル）にも物がない場所に設置します。
  - トレッドミルの場合。 トレッドミルの左右が少なくとも 40 インチ（1 メートル）壁や家具から離れており、トレッドミルの後方 80 インチ（2 メートル）にも物がない場所に設置します。

重要： *この設置基準は、装置を設置する際、暖房機や温風器やストーブ等の熱源に対しても同様に適用されなければなりません。 極端な温度を避けてください。*

- 装置は水または水分がかからないようにしてください。電気ショックまたは電気回路への損傷を避けるために、装置の上に何かを落としたり、内部に何かをこぼしたりしないでください。
- 電気で作動する装置を、湿気が高かったり、水でぬれている場所で使用しないでください。
- コードやプラグが損傷していたり、装置が適切に作動しなかったり、または落下、損傷、水に浸かるなどした場合は、装置を使用しないでください。 これらの状態が発生した場合は、直ちに修理を要請してください。
- 組立ておよびメンテナンスガイドの Maintenance (メンテナンス) セクションで説明されているように装置を正常な作業状態に保ってください。使用前に部品を確認し、誤った設置、摩耗、緩んでいる箇所を点検します。必要箇所を修正し、部品を交換し、緩みを締め直します。
- 装置を移動する際には、協力してくれる人を確保し、組み立てとメンテナンスガイドの中の「装置の移動」の項目に記載されている適切な牽引方法で作業してください。
- 機器の重量要件： 体重が 500 ポンド (225 kg) を超える場合は、トレッドミルを使用しないでください。体重が 350 ポンド (160 kg) を超える場合は、トレッドミルで走らないでください。その他のフィットネス機器の体重制限は 350 ポンド (160 kg) です。
- 装置は、このマニュアルに記述されている用途以外には使用しないでください。 Precor で推奨していないアクセサリアタッチメントは使用しないでください。そのようなアタッチメントは怪我につながる可能性があります。
- エアゾール (スプレー) 製品を使用している場所や酸素吸入装置による吸入が行われている場所では、装置を使用しないでください。
- 屋外で使用しないでください。
- このマニュアルに記載されているメンテナンス手順に従う以外は、装置の修理点検をしないようにしてください。
- 開口部に物を落としたり挿入したりしないでください。可動部に手を近づけないでください。

- 固定ハンドレールまたはハンドルバー、ディスプレイコンソール、またはカバーの上に物を置かないでください。 飲み物、雑誌、本などは専用の場所に入れてください。
- どんな時も、コンソールによりかかったりコンソールを引っ張ったりしないでください。



注意: カバーを外さないでください。電気ショックによる怪我を負う危険性があります。 操作を開始する前に「組立とメンテナンスガイド」を読んでください。 内部にはユーザーが修理可能な部品はありません。 装置の修理が必要な場合は、カスタマーサポートに連絡してください。 単相 AC 電源専用です。

ユーザーへの指導

ユーザー レファレンス マニュアルと製品オーナーズ マニュアルの両方に、*重要な安全注意事項が掲載されています。その内容を、ユーザーに指導してください。 クラブや施設のユーザーには、以下の注意事項に従うように説明してください。*

- 機器の上で開始位置を定める際には、固定されたハンドレールまたはハンドルバーを握ってください。
- つねにコンソールの正面に立ってください。
- コンソール キーを操作する場合は、固定されたハンドレールまたはハンドルバーを片手で握った上で、もう一方の手で操作してください。

危険物の取扱いと廃棄

セルフパワー装置内のバッテリーは、環境に有害であると考えられる物質が含まれています。 連邦法は、これらのバッテリーの適切な処分を義務づけています。

装置を廃棄する場合は、Precor 製品カスタマーサポートにバッテリーの取り外しに関する情報をお問い合わせください。 *「サービスを受ける」* を参照してください。

製品のリサイクルと廃棄

この装置は、該当する地方および国の規則に従って、リサイクルまたは廃棄する必要があります。

電気・電子機器廃棄物（WEEE）に関する European Directive 2002/96/EC に従って、製品ラベルは、欧州連合全体で適用される使用済み装置の返却およびリサイクルに関する枠組みを決定します。 WEEE ラベルは、その製品は廃棄してはならず、この指令に従って寿命が来れば再生しなければならないことを示します。

European WEEE Directive に従って、電気・電子機器廃棄物（WEEE）は、寿命が来れば、分別して収集し、再使用、リサイクル、または再生しなければなりません。 WEEE Directive の Annex IV に従って、WEEE ラベルが付いた電気・電子機器のユーザーは、寿命が来た装置を分別しないゴミとして処理してはならず、WEEE の返却、リサイクル、および再生のためお客様が利用可能な収集の枠組みを使用しなければなりません。 お客様の参加は、電気・電子機器に存在する有害物質による、電気・電子機器の環境および健康への影響を最小限に抑制するのに重要です。 適切な収集および処理については、「*サービスを受ける*」を参照してください。

RFID モジュールに関する規制事項

本文書で解説する操作コンソールを備えた機器には、無線自動識別（RFID）モジュールが備わっている可能性があります。 RFID モジュールは、 -20ºC から 85°C (-4°F から 185°F）の気温で動作が保証されています。

Radio Frequency Interference (RFI)

RFID モジュールは、無線周波妨害（RFI）の制限値を定義する以下の米国標準に従っています。

Federal Communications Commission, Part 15

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class A digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a commercial installation. The equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the owner's manual instructions, may cause harmful interference to radio communications.

Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

WARNING **Per FCC rules, changes or modifications not expressly approved by Precor could void the user's authority to operate the equipment.**

Industry Canada

This device complies with RSS-210:2007 of the Spectrum Management & Telecommunications Radio Standards Specification. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This Class A digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Cet appareil numérique de la classe A est conforme á la norme NMB-003 du Canada.

ATTENTION: Haute Tension
Débranchez avant de réparer

ヨーロッパ連合による規制

CE コンプライアンスは、以下の指令に対して主張されます。

- 1999/5/EC R&TTE 指令
- 2006/95/EC LVD 指令
- 2002/95/EC RoHS 指令

指令コンプライアンスは、次の標準で確認されています。

- EN 55022
- EN 300 330-1 V1.5.1
- EN 300 330-2 V1.3.1
- EN 301 489-3 V1.4.1
- EN 301 489-1 V1.8.1
- EN 60950-1

Cardiovascular（心血管）エクササイズ装置の規定通知

このセクションの規定情報は、エクササイズ装置および制御コンソールに適用されます。

Cardiovascular（**心血管）装置の安全上の承認**

Precor 装置は、試験され、次の適用される安全上の標準に従っていることが確認されています。

Cardiovascular（心血管）タイプ装置：

- CAN/CSA, IEC, EN 60335-1（家電および類似した電気機器 - 安全性）
- EN 957（静止したトレーニング装置、クラス S/B 準拠装置）

PVS および P80 規制通知

本 Precor 装置は、試験され、次の適用される安全上の標準に従っていることが確認されています。

- CAN/CSA、UL、IEC、EN 60065（オーディオ、ビデオおよび類似の電子装置 - 安全）

無線周波数干渉（RFI）

この Precor エクササイズ装置は、無線周波数干渉（RFI）の許容可能な制限を定義する国家標準に従います。

Federal Communications Commission, Part 15

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class A digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a commercial installation. The equipment generates, uses, and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the owner's manual instructions, may cause harmful interference to radio communications.

WARNING **Per FCC rules, changes or modifications not expressly approved by Precor could void the user's authority to operate the equipment.**

Industry Canada

This Class A digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Cet appareil numérique de la classe A est conforme á la norme NMB-003 du Canada.

ATTENTION: Haute Tension
Débranchez avant de réparer

ヨーロッパ連合による規制

CE コンプライアンスは、以下の指令に対して主張されます。

- 2004/108/EC EMC 指令
- 2006/95/EC LVD 指令
- 2002/95/EC RoHS 指令

指令コンプライアンスは、次の標準で確認されています。

- EN 55022
- EN 55024
- EN 60335-1
- EN 60065 (P80 and PVS)

電気に関する注意事項： トレッドミルを除くすべての機器

注： 注意事項 NEC（米国電気工事規程）のガイドラインまたはご使用地域の電気工事規定に従ってください。

P80 コンソールまたはパーソナル ビューイング スクリーン（PVS）搭載の機器は、専用の電源接続が必要です。 20 アンペアの分岐回路には、最大 10 台のスクリーンが接続できます。 分岐回路に他のデバイスが接続している場合は、そのデバイスのワット数分だけ、スクリーンを減らす必要があります。

注： IEC-320 C13 および C14 プラグの付いた一般的なスプリッター電源コードで推奨される最大スクリーン数は 5 台です。

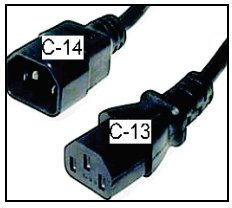


図 1: IEC-320 の C13 プラグと C14 プラグ

サービスを受ける

メンテナンスタスク以外で装置にサービスを行わないでください。 品目が不足している場合は、ディーラーに連絡してください。カスタマーサポート番号や Precor 認定のサービスセンターの一覧に関する詳細が必要な場合は、Precor のウェブサイト（**http://www.precor.com**）にアクセスしてください。

最新版の文書を入手する

<製品ライン名> コンソール と <サービス名> ネットワーク フィットネス ソフトウェアについての最新の文書は、 **http://www.precor.com/productmanuals** で入手できます。 <サービス名> の関連機能が拡張するたびに、最新の情報をチェックしたいと思われるかもしれません。

目次

重要な安全上の注意.....3
安全上の注意.....3
ユーザーへの指導.....6
危険物の取扱いと廃棄.....6
製品のリサイクルと廃棄.....7
RFID モジュールに関する規制事項.....7
Cardiovascular（心血管）エクササイズ装置の規定通知.....9
電気に関する注意事項： トレッドミルを除くすべての機器.....11
サービスを受ける.....11
最新版の文書を入手する.....12

AMT を組み立てる.....15
金具類（原寸大ではありません）.....16
必要な道具類.....17
組み立てを行う.....18
アクセス カバーを取り外す.....21
ケーブルを配線する.....22
アクセス カバーを元の位置に戻す.....23
AMT を水平にする.....24
機器の慣らし運転.....26

コンソールを設置する.....27
ケーブル アセンブリを配線する（P80）.....27
ケーブルを接続する（P80）.....30
コンソールの設置作業を完了する（P80）.....35
ケーブル アセンブリを配線する（P30）.....36
ケーブルを接続する（P30）.....38
コンソールの設置を完了する（P30）.....39
心拍計ディスプレイが作動していることを確認してください.....40

メンテナンス 41
毎日のクリーニング 41
毎日の点検 42
毎週のメンテナンス 43
毎月のメンテナンス 43
胸部ストラップの保管 44
装置の移動 45
長期保管 46

セルフパワー機能 47
シャットダウン前の情報のディスプレイ 48
バッテリーが弱いときの兆候 48
オプションの電源アダプタの使用 49
オプションの電源アダプタキット 49
バッテリーの交換 50

章 1

AMT を組み立てる

重要： *以下の手順は、**機器の真正面に**（つまり、機器使用時とは操作コンソールをはさんで反対側に）立っている人の視点から説明しています。**以下の説明では、部品によっては、部品リストに掲載されている名称とは異なる名前で呼ばれるものがあるかもしれません。部品リストの名称は、機器の背部からの視点に対応してつけられているためです。***

AMT を組み立てる準備をする：

- 箱を開け、このガイドに示す順番でコンポーネントを組み立ててください。
- 機器の組み立てと操作は、使用予定のエリアの、水平で固い床の上で行ってください。

  重要： *ユニットを持ち上げたり動かしたりする際に、ユニットのプラスチック部分をつかまないでください。プラスチック部分は、ユニットの構造には含まれないカバーですから、ユニットの重量を支えることができません。*
- ユニットのまわりに十分なスペースを確保してください。

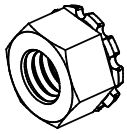
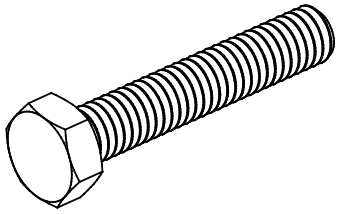
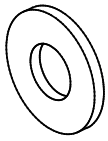
- Precor の限定保証が無効にならないように、本マニュアルのガイドラインに従って機器を組み立ててください。

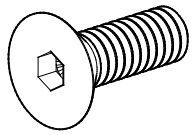
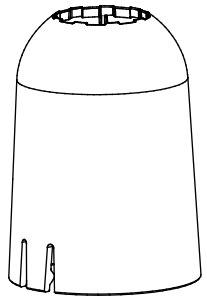
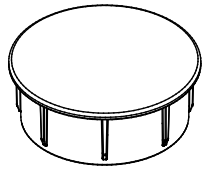
  重要：*設置作業中に生じた損傷は、 Precor の限定保証の適用対象には入りません。*
- 留め具をすべて取り付け、途中まで締めてください。指示があるまで、完全には締めないでください。

警告 **本ユニットを組み立てる際には、補助者が必要です。決して一人では組み立てないでください。**

金具類（原寸大ではありません）

本機器には、留め具をはじめとした道具類が同梱されています。同梱道具類の一覧は以下の表をご覧ください。組み立てを開始する前に、道具類が全部揃っていることをご確認ください。道具類に不足がある場合は、 Precor カスタマー サポートまでご連絡ください。

留め具		数量
	ロックナット（5⁄16 インチ）	8
	六角ネジ（5⁄16 インチ × 1¾ インチ）	4
	平ワッシャ（5⁄16 インチ）	8

留め具		数量
	平頭六角ネジ（¼ インチ × ¾ インチ）	4
	プラスチック ブート	2
	エンド キャップ	2

必要な道具類

- 5⁄16 インチ六角レンチ
- 5⁄32 インチ六角レンチ
- #2 Phillips ドライバー
- ゴム製ハンマー
- SAE 標準ソケット セット
- ワイヤー カッター
- トルク レンチ（インチ ポンド目盛り）

組み立てを行う

危険 **組み立て手順がすべて完了し、コンソールを正しく設置し終わるまで、電力に接続しようとしてはいけません。**

AMT ベース ユニットを組み立てる際には、次の各ステップに従ってください。

組み立てを始める：

1. 前面フレーム チューブを配送用パレットに固定している側面の 2 つの留め具を外し、リア ベースを固定している結束紐を切ってください。

   注意**: AMT** を配送用パレットから取り外す際は、必ず補助者と一緒に作業してください。 フット プレートが不要に動くのを避けるため、次の手順に移るまでハンドルバーを取り付けないでください。

2. リア ベースを持ち上げ、 AMT を前方に転がしてください。その際、補助者はフロント ベースを押さえて安定させ、配送用パレットから床まで AMT をガイドしてください。

   注： 使用予定エリアで組み立てを始めてください。

3. フロント フレーム チューブに、エンド キャップを取り付けてください。 必要なら、ラバー マレットで叩いて、位置調節をしてください。

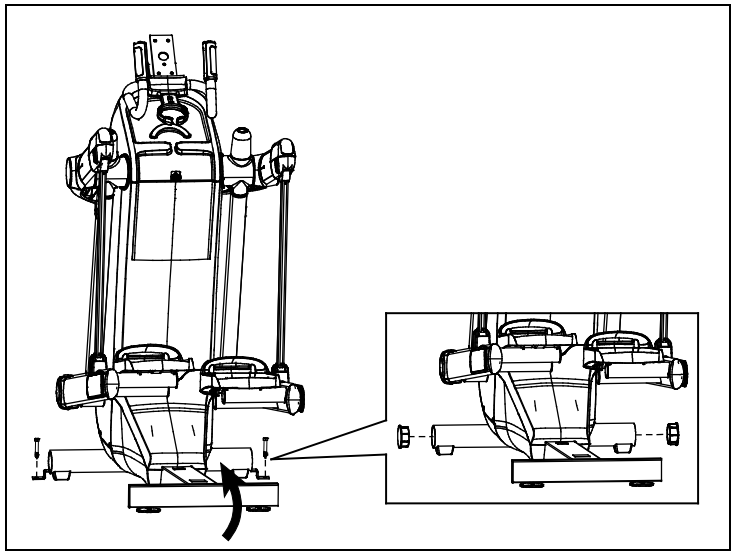


図 2: パレットからのユニットの取り外しとエンド キャップの差込

ハンドルバーを取り付ける：

1. 各ハンドルバーの上にプラスチック ブートをスライドさせてください。

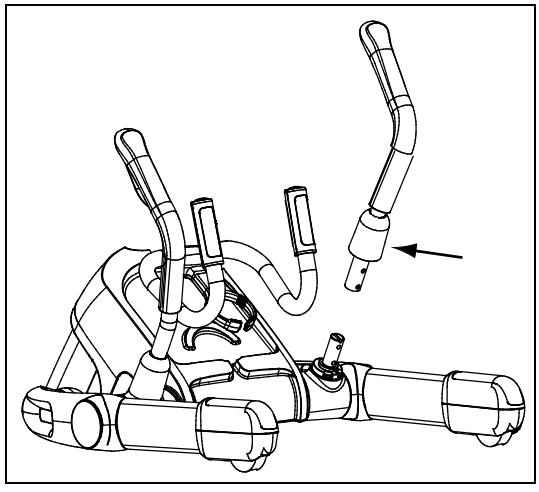


図 3: ブートの取り付け

2. 下の図を見て、ハンドルバーの正しい位置を確認してください。
   注： ハンドルバーが正しく取り付けられていれば、ハンドルバーは外向きに傾いているはずです。

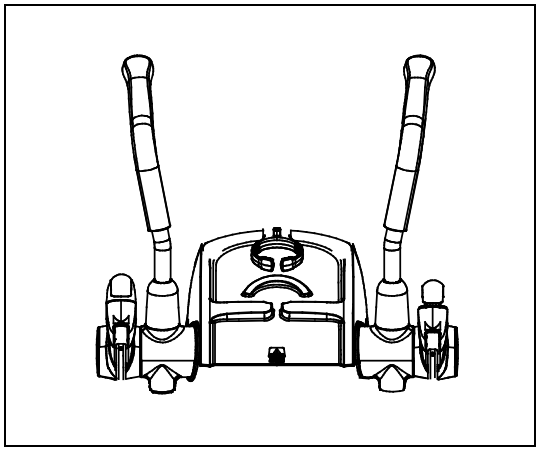


図 4: ハンドルバー取付部分の図

3. ハンドルバーを取り付ける際には、5⁄16 インチ ×1¾ インチの六角ネジを 4 本、 5⁄16 インチのワッシャを 8 個、 5⁄16 インチのロックナットを 4 個使います。トルク レンチを使って、留め具を 180 から 200 インチ ポンドのトルクで締めます。

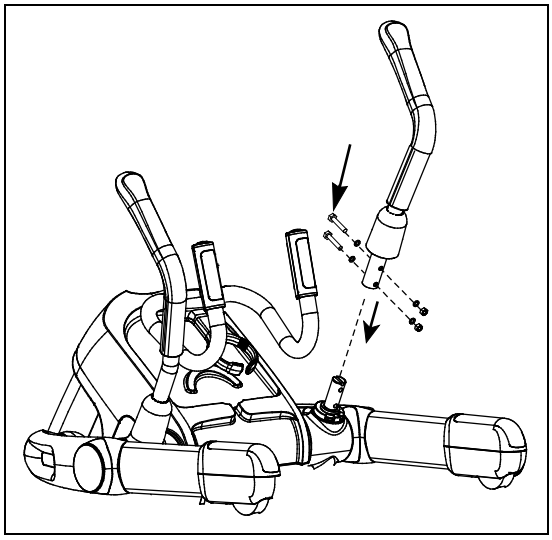


図 5: ハンドルバーの取り付け

4. プラスチック ブートを回して、タブがその下のカットアウトの位置に来るようにし、それからブートを押し下げて正しい位置に固定します。

アクセス カバーを取り外す

AMT は、アクセス カバーさえ外せば、ケーブル類や内部コンポーネントへのアクセスが容易にできます。

ヒント：以下の手順では、カバーを脇に置き、取り外した金具類を、取り外した順番に一箇所にまとめていってください。 あとで再設置するときの作業が簡単になります。

アクセス カバーを取り外す：

1. ラバー マレットまたは手の付け根でトップ カラムの端を上向きに叩き、緩めてください。

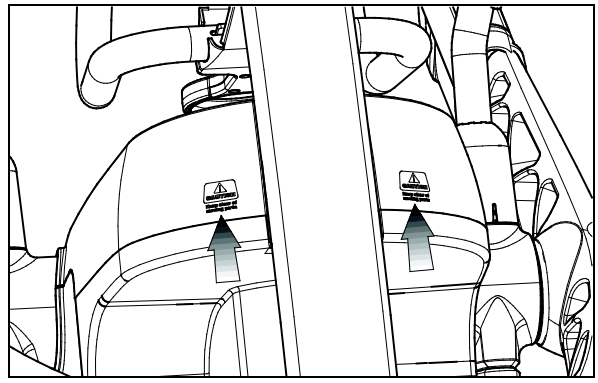


図 6: トップ カバーを取り外す際には、ここを押してください

2. カバーを持ち上げてから機器の後部に向かってスライドさせ、取り外してください。
3. 5⁄32 インチ六角レンチを使って、前面カバー下部の 1 インチ ボタン ネジを 2 つ外し、カバーを緩めてください。

ケーブルを配線する

設置するコンソールのモデルや含まれているオプションによっては、以下のケーブルが必要になることがあります。

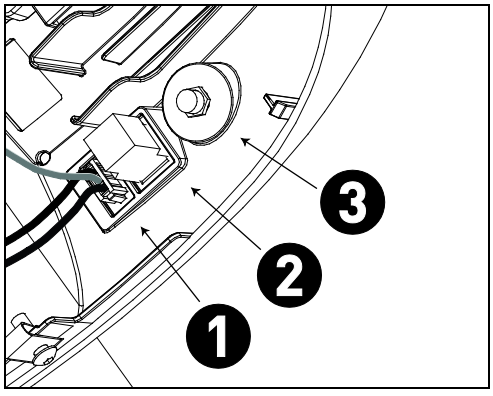
- テレビ ケーブル（F 型コネクタの付いた同軸ケーブル）
- 電源
- Ethernet ケーブル

新しいケーブルは、重力を利用して上から下に通していくことをお勧めします。 この手順の際はフィッシュ テープ(一方の端にフックまたは留め金の付いた薄い金属ストリップ。専門のハードウェア ベンダーが取り扱っている)が便利です。

機器に新しいケーブルを配線する

1. コンソールの電源ケーブル（赤黒の別導線）、Ethernet ケーブル（黒の平型）、テレビ ケーブル（黒の丸型）から 1 つ選んでください。
2. ケーブルを機器前部のセンター カラムに通してください。
3. ケーブルの端が、センター カラムの最下部のすき間を通るように合わせてください。 通したケーブルを、ジャック パネル上の対応するコネクタに接続してください。 各コネクタの位置については、以下の図表を参照してください。

   重要： 8 lb-in 以下のトルク レンチとトルクを使って同軸ケーブルを設置します。トルク レンチがない場合は、「スナッグ + 1/4 ターン」までのレンチで同軸ケーブルを設置してください。内側のナットをしっかりと締めるのに、レンチを使ってもかまいません。



ケーブル	*接続先*
コンソールの電源ケーブル	電源ケーブル アセンブリ ❶
Ethernet ケーブル	ジャック パネル上の 8 コネクタ モジュラー ジャック ❷
テレビ ケーブル	ジャック パネル上の同軸コネクタ **注：** このケーブルはレンチを使って、留め具をしっかりと締めてください。 ❸

4. 3 つのケーブルがすべて完全に設置されるまで、1 から 3 のステップを繰り返してください。
5. センター カラムの真下にある中央フレーム柱にケーブル クリップがついているので、そこにすべてのケーブルをとめてください。プラスチック製の結束具を使ってクリップの下でケーブルをくくり、可動部品にケーブルが触れないように設置してください。

アクセス カバーを元の位置に戻す

コンソール ケーブルを設置したら、アクセス カバーを機器の元の位置に戻してください。

アクセス カバーを元の位置に戻す**:**

1. 前面カバーをカチっと音がするまで元の位置に押し込む。前面 カバーを外す際に取り外した 2 つのボタンネジをまた差し込み、 5⁄32 インチ六角レンチを使って締める。
2. AMT のハンドルバーとボディのあいだにトップ カラムのカバーをはめる。トップ カラムのカバーの端がボディ カバーの上端の上に飛び出していることを確認し、手の付け根やラバー マレットを使って、カバーを正しい位置まで軽く叩き込んでください。

AMT を水平にする

AMT を動かしたときには、必ず AMT を水平に調整し、安定させることが重要です。

注意: 不安定な場合は、脚の長さを調節して床に着け、機器が動かないようにしてください。 また、ユニットを設置する床にゆがみ・ひずみ等がないことを確認してください。 床が極端にでこぼこしている場合には、ユニットの脚の長さを調節しても安定しないことがあります。

AMT を水平にする：

1. 一方のフット プレートに乗って、反対側のハンドルバーを握り、 AMT をゆっくりと揺すってください。 まず、左側のフット プレートに乗って右側のハンドルバーを握り、 AMT を揺すってください。それから、右側のフット プレートに乗って左側のハンドルバーを持ち、同じことを繰り返してください。 揺すったときに AMT が動いた場合は、補助者にユニットを一方に傾けてもらい、調節脚を探してください。
2. 調節脚の長さを必要なだけ調節してください。

操作	*調節脚の回転方向*
AMT の前端を上げる場合	反時計回りに
AMT の前端を下げる場合	時計回りに

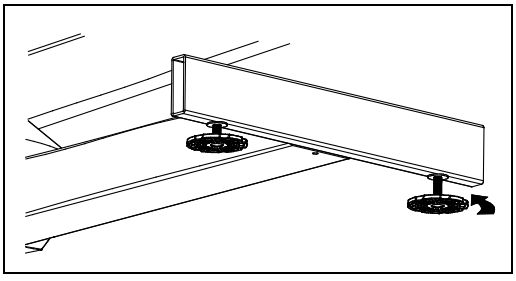


図 7: 調節脚の位置

3. 脚の長さの調節が終わったら、ユニットを床に下ろしてください。 ステップ 1 のやり方で再度揺らしてみて、水平になったことを確かめてください。
4. 後部台座を設置するために、後部クロスピースの上に持ってきて、正しい位置に収まるまでゆっくりと押してください。

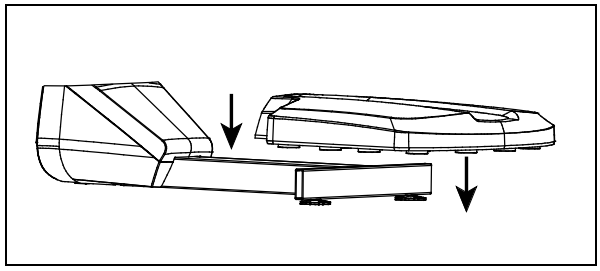


図 8: 後部台座の取り付け

機器の慣らし運転

Precor の機器は、慣らし運転の必要はありません。 しかし、ベルトや歯車やベアリングなどの可動コンポーネントは、機器の保管時や配送時に固くなる可能性があります。その場合、使用開始時に多少の動きの粗さが見られたり、騒音がしたりするかもしれません。

ただし、通常使用で 1 日か 2 日もすれば、スムーズな作動が戻ってくるのが普通です。 もし戻らない場合は、担当のディーラーに問い合せてください。 詳しくは、こちら「*サービスを受ける*」まで。

章 2

コンソールを設置する

設置作業を簡単にするため、Precor の Experience Series コンソールは可能なかぎり、設置に用いる金具類やコネクタの位置を同じにしてあります。設置の手順は、以下のとおり共通です：

- ケーブル アセンブリを通す
- ケーブルを接続する
- 設置作業を完了する（取付ネジを締め、背面カバーを取り付ける）

以下の各節では、これらの作業のやり方を説明していきます。

ケーブル アセンブリを配線する（P80）

設置作業の最初の段階で、必要なケーブルを、ベース ユニットのフレームの中を通してコンソール マウントの開口部から出しておきます。 コンソール マウントにコンソールの背面プレートを取り付ける際には、ケーブル アセンブリが両者の開口部を正しく通っているかどうかを必ず確認してください。

重要： *以下の手順に進む前に、コンソール マウントの取り付けネジと操作コンソールの背面カバーを取り外しておいてください。 カバーを取り外すには、下の図に示したように、まず下端を爪を使って緩め、それからカバーを持ち上げて外してください。*

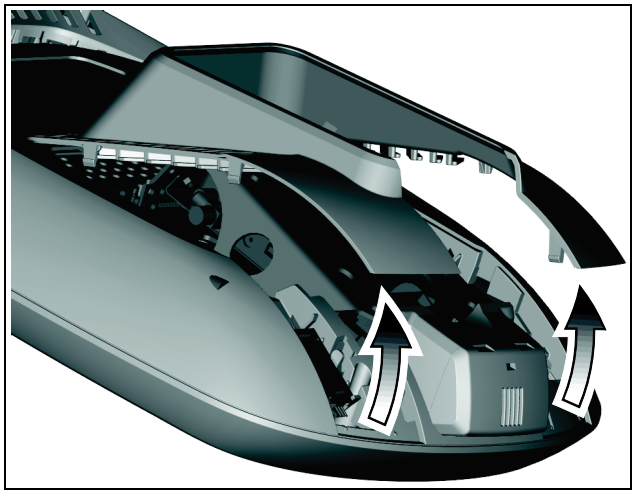


図 9: P80 コンソールからアクセス カバーを取り外す

ケーブル アセンブリを通す：

1. ベース ユニットのコンソール マウントの中央の開口部に、できるだけ多くのケーブルを通すようにしてください。
2. コンソール マウントにコンソールを設置する。

3. コンソールの背面プレート下部のノッチが、コンソール マウントの下部の矩形フックにかかるように、コンソールをコンソール マウントにのせる。次の図を参照してください。

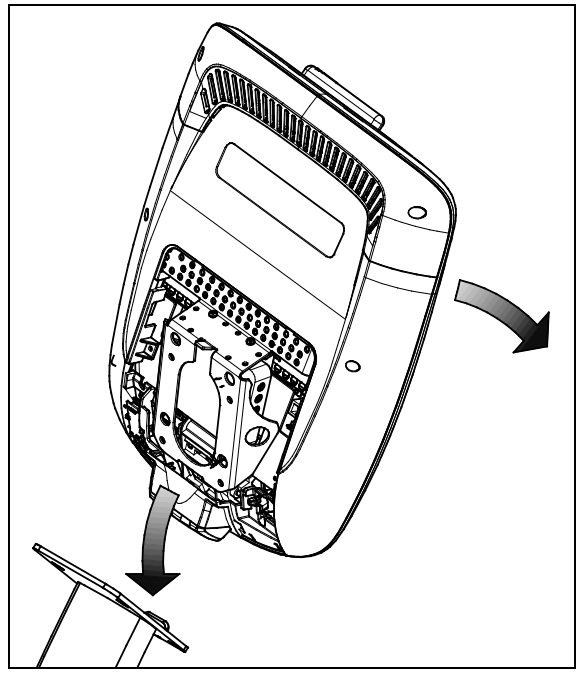


図 10: ベース ユニットにコンソールを設置

4. コンソールを止まるまで前に倒してください。片手でコンソールを押さえてその位置に固定してください。あるいは、補助者にそうしてもらってください。

ケーブルを接続する（P80）

コンソールの設置が終わったら、ケーブル アセンブリの端から各ケーブルを引っ張り出して、それぞれ対応するコンソール内部の回路コネクタに接続してください。 ケーブルとコネクタの正しい組み合わせについては、以下の図表をご覧ください。

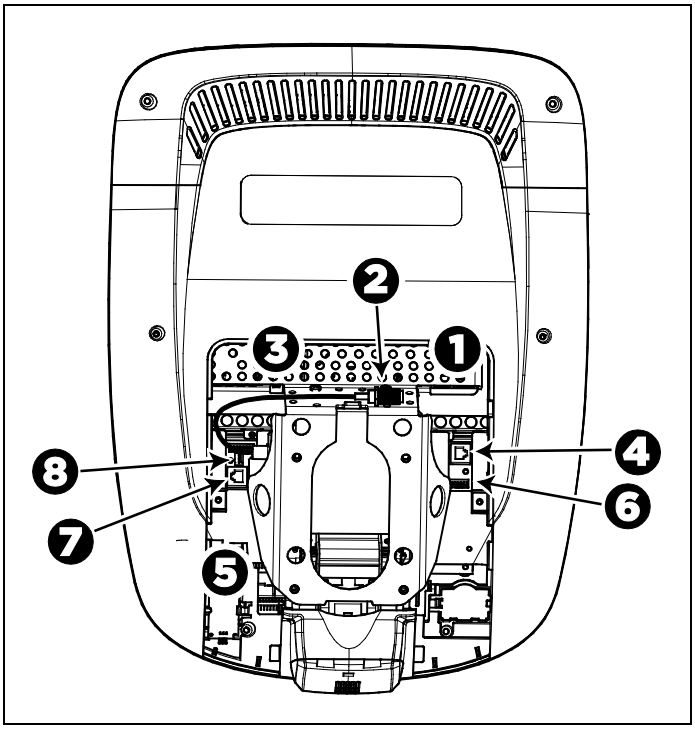


図 11: ケーブルの接続、 P80 コンソール

表 1. P80 内部ケーブル接続

ケーブル	コネクタのタイプ	回路上でのコネクタの位置
Ethernet (LAN)	8 接点モジュラー、黒の丸型ケーブル上	❶
TV in	F 型同軸	❷
スプリッタ ケーブルによる電源	偏極プラグとラッチプラグの 2 接点プラグ	❸
ベース ユニットからのデータ	8 接点モジュラー、グレーのフラットケーブル上	❹
心拍計センサー	4 接点ストリップ、鍵付き	❺
安全キー（トレッドミルのみ）	6 接点ストリップ、鍵付き	❻
CSAFE	8 接点モジュラー、グレーのフラットケーブル上	❼
Auto Stop 自動停止センサー（トレッドミルのみ）	4 接点ストリップ、鍵付き	❽

簡単に設置作業とメンテナンスをするためには、ケーブル 1 から 5 の配線と接続は以下の指示に従って行ってください。

注: 本節の図では、分かりやすくするために何本かのケーブルを描いていません。

テレビ ケーブルを接続する

コンソールのテレビ チューナーは、コンソールの背面プレートの内側に設置します。 チューナーには短いケーブル アダプタがついており、背面プレートの外側にテレビ ケーブルを接続できます。

テレビ ケーブルを接続する：

1. 背面プレートの右下の角からケーブルを引き出してください。
2. 背面プレートの外側を、ケーブルが反時計回りになるように配線してください。
3. ケーブルのコネクタをチューナー ケーブルのコネクタに接続し、 2 つのコネクタを 2 つの 7⁄16 インチ オープン エンド レンチでしっかりと締めてください。 2 つのコネクタを、背面プレートの右上の角の上に持ってきてください。
4. 背面プレートの上部に 2 つのコネクタを固定するために、プラスチック製の結束具を使います。背面プレートの右上の角の近くに 2 つ小さな穴があいているので、結束具をそこに通し、 2 つのコネクタを巻いてしっかりと固定してください。 結束具の余った部分を切り取ってください。

次の図は、設置が完了した段階での各種ケーブルの配線の位置を示したものです。

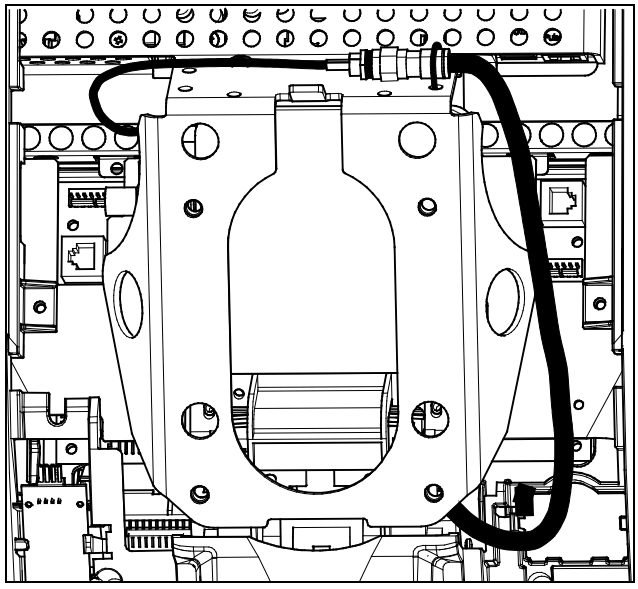


図 12: テレビ ケーブルを接続する

Ethernet とベース ユニットのデータ ケーブルを接続する

Ethernet とベース ユニットのデータ ケーブルは、背面プレートの右上の角にあるカットアウェイ開口部を通して、コンソール内の隣接するモジュラー ジャックにそれぞれ接続します。そのため、ケーブルを接続する際には注意することが重要です。黒い Ethernet ケーブルは、コンソール内の開口部の最上部にある穴あきメタル ブラケットの真下にあるジャックに接続します。 グレーのベース ユニット データ ケーブルは、背面プレートにより近い下の方のジャックに接続します。

2 つのケーブルの正しい位置関係を把握するために、以下の図を参照してください。

注意: ベース ユニット データ ケーブルを間違ったジャックに接続すると、機器は機能しません。

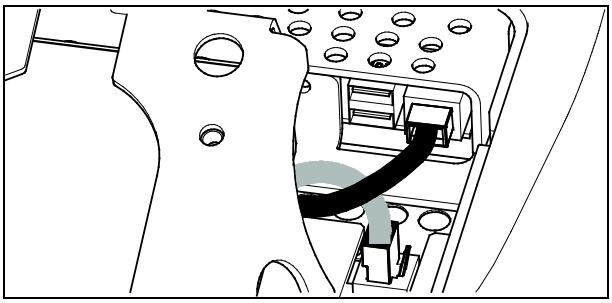


図 13: Ethernet とベース ユニットのデータ ケーブルを接続する

心拍計センサー ケーブル

心拍計センサー ケーブルは、背面プレートの左上の角にあるカットアウェイ開口部に通して、コンソールの左下にある小さな回路板に接続します。 次の図は、設置が完了した段階でケーブルがどのように見えるかを示したものです。

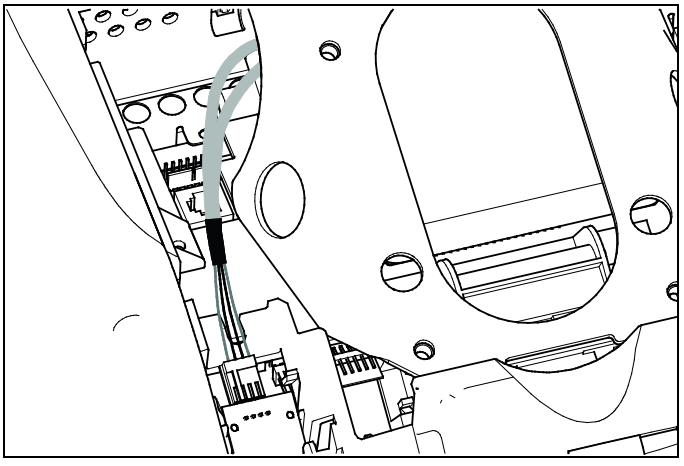


図 14: 心拍計のケーブルを接続する

電源ケーブルを接続する

電源スプリッタ ケーブルは、電力をチューナーとディスプレイに供給するためのものです。 電源ケーブルを接続するには、まず背面プレートの左上の角にあるカットアウェイ開口部に通して、このアダプタにつなぎます。

次の図は、設置が完了した段階でケーブルがどのように見えるかを示したものです。

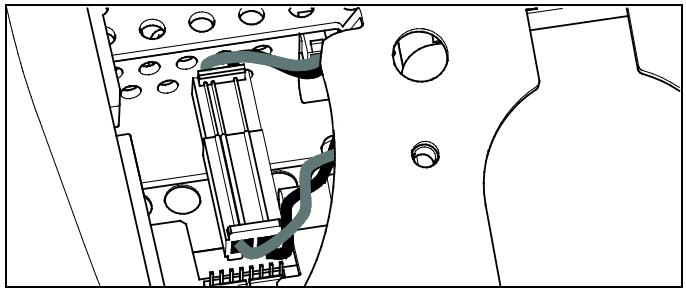


図 15: 電源ケーブルを接続する

コンソールの設置作業を完了する（P80）

設置作業の最終ステップを完了する前に、接続を再確認してください。 すべてのケーブルが完全かつ安全に接続されているか、不要なケーブルが正しく束ねられているか、ご確認ください。

設置作業を完了する：

1. 余ったケーブルをネック　チューブの中に通します。
2. 操作コンソールを後ろに（自分の方に）傾けて、背面プレート上端のタブをコンソール マウントの上端に合わせ、ネジ穴の位置を正しく調節してください。
3. 4 本の ⅝ インチ平頭ネジを、コンソール マウント側のネジ穴からコンソールの背面プレートのネジ穴に通してください。 5⁄32 インチ六角レンチを使って、ネジをしっかりと締めてください。
4. に小さなタブが 2 つ付いていますので合わせてください。 それを、コンソール ケースの開口部の上端のスロットに合わせます。 タブをスロットに差し込む。
5. 背面カバーについている残りのタブを、コンソール ケース上の対応するスロットにそれぞれ差し込みます。
6. カチッと固定されるまで、背面カバーの端をゆっくりと押してください。

ケーブル アセンブリを配線する（P30）

設置作業の最初の段階で、必要なケーブルを、ベース ユニットのフレームの中を通してコンソール マウントの開口部から出しておきます。 コンソール マウントにコンソールの背面プレートを取り付ける際には、ケーブル アセンブリが両者の開口部を正しく通っているかどうかを必ず確認してください。

重要： *以下の手順に進む前に、コンソール マウントの取り付けネジと操作コンソールの背面カバーを取り外しておいてください。 カバーと取付金具類は、あとで使用できるように脇に置いておいてください。*

ケーブル アセンブリを通す：

1. ベース ユニットのコンソール マウントの中央の開口部に、できるだけ多くのケーブルを通すようにしてください。
2. コンソール マウントにコンソールを設置する。

3. コンソールの背面プレート下部のノッチが、コンソール マウントの下部の矩形フックにかかるように、コンソールをコンソール マウントにのせる。次の図を参照してください。

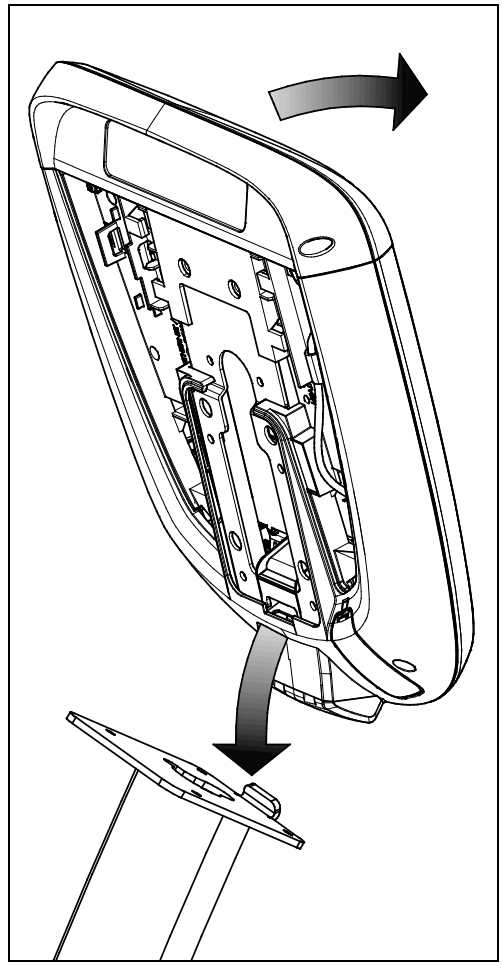


図 16: ベース ユニットにコンソールを設置

4. コンソールを止まるまで前に倒してください。片手でコンソールを押さえてその位置に固定してください。あるいは、補助者にそうしてもらってください。
5. すべてのケーブルを上に、また前方に引っ張り出し、コンソールの背面プレートの上部から垂れ下がるようにしてください。

ケーブルを接続する（P30）

コンソールの設置が終わったら、ケーブル アセンブリの端から各ケーブルを引っ張り出して、それぞれ対応するコンソール内部の回路コネクタに接続してください。 ケーブルとコネクタの正しい組み合わせについては、以下の図表をご覧ください。

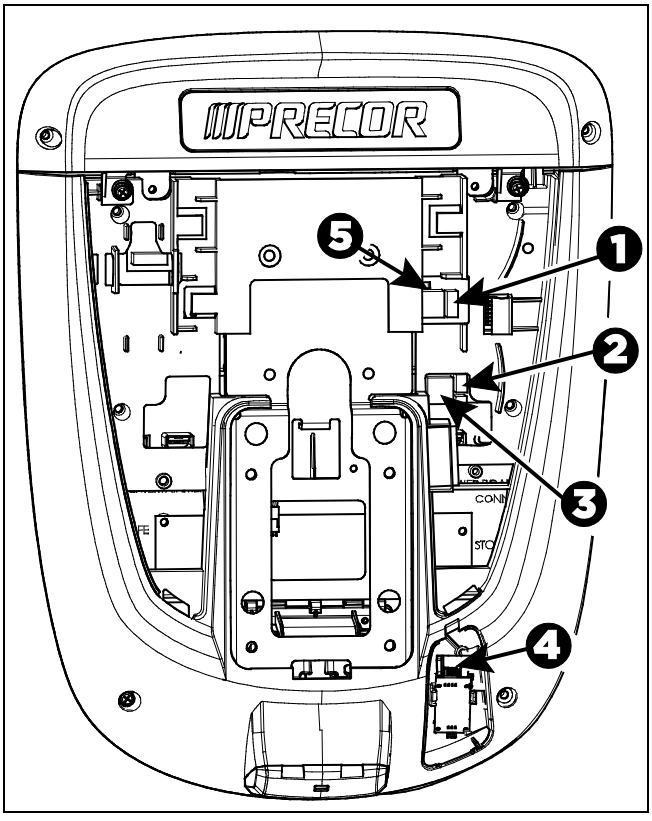


図 17: ケーブル接続、 P30 コンソール

表 2. P30 内部ケーブル接続

ケーブル	コネクタのタイプ	回路上でのコネクタの位置
安全キー（トレッドミルのみ）	6 接点ストリップ、鍵付き	❶
Auto Stop 自動停止センサー（トレッドミルのみ）	4 接点ストリップ、鍵付き	❷
ベース ユニットからのデータ	8 接点モジュラー、グレーのフラットケーブル上	❸
心拍計センサー	4 接点ストリップ、鍵付き	❹
C-Safe	ポート	❺

コンソールの設置を完了する（P30）

設置作業の最終ステップを完了する前に、接続を再確認してください。 すべてのケーブルが完全かつ安全に接続されているか、不要なケーブルが正しく束ねられているか、ご確認ください。

設置作業を完了する：

1. 余ったケーブルをネック　チューブの中に通します。
2. 操作コンソールを後ろに（自分の方に）傾けて、背面プレート上端のタブをコンソール マウントの上端に合わせ、ネジ穴の位置を正しく調節してください。
3. 4 本の ⅝ インチ平頭ネジを、コンソール マウント側のネジ穴からコンソールの背面プレートのネジ穴に通してください。 5⁄32 インチ六角レンチを使って、ネジをしっかりと締めてください。
4. に小さなタブが 2 つ付いていますので合わせてください。 コンソールの背面カバーの下部には、コンソール ケースの下部にスロットがあります。 タブをスロットに差し込む。
5. コンソールの背面カバーの上端にある穴に、取り外しておいた #8-32 × ½ インチ #2 Phillips ネジを差し込んでください。 ネジをしっかりと締めてください。

6. 必要な場合は、ベース ユニットから取り外したボディ パネルを再設置してください。

心拍計ディスプレイが作動していることを確認してください

心拍数ディスプレイが作動していることを確認する：

1. 機器上でエクササイズを開始してください。
2. 両方の接触感知ハンドルバーを握ってください。
   注： 数秒間軽くエクササイズして、正確な心拍数が得られていることを確認してください。
3. 心拍数型のディスプレイを見てください。 数秒後、心拍数を示す数字が表示されます。
4. 心拍計のディスプレイ上に数字が現れない場合は、ケーブルが正しく接続されていることを確認してください。

章 3

メンテナンス

機器の正常機能のためには、メンテナンス チェックリストの記述に従って定期的に指示されたメンテナンス作業を行ってください。 このセクションに記載されている方法で装置のメンテナンスを行わなかった場合、Precor の限定保証が無効になることがあります。

危険 **感電のリスクを減らすため、機器を清掃する際やメンテナンス作業を行う際には、必ず機器から電源の接続を切ってください。 機器が電源内蔵型でかつオプションの電源アダプタを使用している場合には、アダプタの接続を切ってください。**

毎日のクリーニング

エクササイズ セッションの前後に、機器を清掃することを推奨します。 機器についたゴミやホコリを除去し、機器の全露出表面を以下の洗浄液のどれかを含ませた柔らかい布で拭いてください。

- 水 30 に対して Simple Green® 1 の割合で薄めた溶液(詳しくは **www.simplegreen.com** をご覧ください)
- ENVIR-O-SAFE 酸素強化洗浄剤、または汎用洗浄濃縮液を、製造者の指示に従って希釈した液(詳しくは **www.daleyinternational.com** をご覧ください)

あるいは、 Athletix フィットネス機器クリーニング ワイプでも機器の清掃は可能です(詳しくは **www.athletixproducts.com** をご覧ください)。

注意: どの洗浄剤についても、 Precor フィットネス機器の清掃に使う前に製造者発行の取扱説明書を読み、その内容に従ってください。特に希釈の方法についてはご注意ください。 濃縮洗浄液を薄めないで使用すること、またどんな種類のものであれ酸性の洗浄液を使用することはお控えください。使用すると機器に施されている保護仕上げが弱まり、Precor の制限付き保証が無効になります。 機器のどの部分にも、水をこぼしたり、液体をスプレーしたりはしないでください。 装置は完全に乾いてから使用してください。

機器の下の床は頻繁に掃除機をかけてください。ゴミやホコリの堆積とそれによる故障を防ぎます。 清掃の際には、ソフトナイロン製のブラシをご利用ください。

毎日の点検

少なくとも 1 日に 1 回、機器に次の問題が生じていないか点検してください。

- ベルトが滑らないか
- 留め具が緩んでいないか
- 異常な音がしていないか
- 電源コードが擦り切れていないか
- 機器の保守整備を必要とするようなその他の兆候がみられないか

重要： *機器の保守整備が必要であると判断した場合は、すべての接続（テレビ、 Ethernet 、電源）を外して、機器をエクササイズ エリアの外に出してください。 機器に「運転休止中」の表示をし、その機器を使用してはいけない旨を明示してください。*

部品の注文、およびお近くの Precor 正規サービス プロバイダへのご連絡は、「*サービスを受ける*」こちらまで。

毎週のメンテナンス

以下のメンテナンス作業を毎週行ってください：

1. 外部電源供給を遮断してください。
2. 機器の下の床を、掃除機または水を含ませたモップで清掃してください。
3. ステア アーム バンパーが正しい位置に固定されていることを確認してください。
4. 床が完全に乾くのを待ってから、電源を再接続してください(必要なら)。
5. 心拍数モニター機能をはじめ、コンソールのすべての機能を点検してください。
6. ユニットが床に安定して置かれているか確認してください。ユニットの脚がすべて床に触れているかどうか、また使用時にユニットがぐらつかないか確認してください。 床に触れていない脚があったり、ユニットがぐらつく場合は、以下の要領で脚の長さを調節してください。「*AMT を水平にする*」中に。

毎月のメンテナンス

以下のメンテナンス作業を毎月行ってください：

1. コンソールの表面を水を含ませたスポンジや柔らかい布で吹いたあと、きれいなタオルで拭いて水気を取ってください。 感電や損傷を防ぐため、水が電子コンポーネントにかからないようにしてください。
2. タッチスクリーンを、糸くずの出ないやわらかい布に 91% のイソプロピル アルコール溶液（そのままでも、同量の水で希釈したものでもよい）を含ませて拭いてください。
3. アクセス カバーを取り外してください。鉄屑をすべて掃除機で吸い取ってください。ただし、（帯電防止保護処理が施されている掃除機を除いて）掃除機のノズルが回路板に近づきすぎないように注意してください。
4. プライマリー ベルト、ブレーキ ベルト、ドライブ ベルトの張りをそれぞれチェックしてください（詳しい指示は、保守点検マニュアルを参照してください）。

5. 留め具がすべて、正しい固さと角度で締められていることを確認してください。
6. カバーをすべて元の位置に戻してください。
7. ユニットが床に安定して置かれているか確認してください。ユニットの脚がすべて床に触れているかどうか、また使用時にユニットがぐらつかないか確認してください。 床に触れていない脚があったり、ユニットがぐらつく場合は、以下の要領で脚の長さを調節してください。「*AMT を水平にする*」中に。

胸部ストラップの保管

オプションの心拍数胸部ストラップを購入した場合は、クローゼットや引き出しなどホコリやゴミがたまらない場所に保管してください。 胸部ストラップは、極端な温度変化を避けてください。 0°C (32°F) より低い温度になる場所に保管しないでください。

胸部ストラップをきれいにするには、中性洗剤と水で湿らせたスポンジか柔らかい布を使用してください。 表面は清潔なタオルでていねいに拭いてください。

装置の移動

装置は非常に重くなっています。 機器の設置場所を変更する際には、成人の補助者とともに、正しい持ち上げ方法を用いて行ってください。 機器の片側にローラー ホイールが付いている場合は、それをご利用ください。あなたと補助者にかかる荷重を軽減できます。

AMT を移動する：

1. 外部接続（テレビ、 Ethernet 、電源）をすべて外してください。
2. リア プラットフォームのモールディングを持ち上げて外してください。
3. リア フット サポートを持ち上げ、 AMT を傾けてローラー ホイールにのせてください。
4. AMT を新しく設置する場所まで押して運んでください。
5. リア フット サポートを床に下ろし、リア プラットフォームのモールディングを再び取り付けてください。

長期保管

長期間にわたって機器を使用しない場合は、以下の手順に従って保管の準備をしてください。

- 電源コードがある場合は、コードを抜いてください。
- オプションの電源アダプタが付属している場合は、アダプタを接続して内蔵バッテリーの損傷を防止してください。
- 損傷の可能性が少なく、人や他の機器の邪魔にならない場所に保管してください。

章 4

セルフパワー機能

重要： *本章では、 AC 電源に接続しなくても作動する Precor フィットネス機器について説明します。 これには、P30 コンソールや P20 コンソールを備えたユニットも含まれます。 しかし、 P80 コンソールは、 AC 電源に接続した電力供給を得ないと作動しません。 このため、本章の内容は、 P80 コンソールを備えたユニットには適用されません。*

内蔵電源式の機器では、ユーザーがエクササイズを開始すると、システムが初期化され、ウェルカム スクリーンが表示されます。 バナーを表示するには、下の表に示すように、最低運動速度を維持する必要があります。 ユーザーがその要件を満たすと、発電が行われ、装置が正しく機能します。

表 3. 運転の最低条件

フィットネス機器を	運転速度
AMT	毎分 56 ストライド（SPM）
EFX	毎分 40 ストライド（SPM）
クライマー	30 ステップ/分
エアバイク	20 回転/分

バッテリーが弱くなったり、運動速度が最小要件を下回ると、通知ディスプレイが表示されます。 ディスプレイには、電源を維持するために必要なことが説明されています。メッセージを無視すると、装置はバッテリーの電力を保持するためのシャットダウン手順を開始します。「*シャットダウン前の情報のディスプレイ*」を参照してください。

オプションの電源アダプタを購入すると、装置に電気を継続して供給することができます。 クラブ設定を変更したい場合は、電源アダプタを強くお勧めします。 オプションの電源アダプタを購入するには、販売店にお問い合わせください。「*サービスを受ける*」を参照してください。

シャットダウン前の情報のディスプレイ

装置は、シャットダウンモードに移行することでバッテリーの電力を節約します。 ユーザーが最低運動速度を維持しないと、30 秒のシャットダウンプロセスが開始されます。

このモードでは、コンソールにカウントダウン インジケータが表示され、すべてのキー操作が無視されます。動きが検出されない場合、または運動速度が最低要件より遅い場合、カウントダウンが続くにつれてインジケータが変化します。

注： カウントダウンが終了するまでは、ユーザーはいつでもエクササイズを再開できます。その際は、一時停止した時点からプログラムが再開されます。

重要： *機器が CSAFE マスター デバイスに接続されている場合は、そうでない場合にくらべて、シャットダウンのプロセスが少し違います。 機器がシャットダウンする 10 秒前に、エクササイズ セッションが終了し、 CSAFE マスター デバイスとの接続が切れると同時にリセット メッセージが表示されます。 シャットダウン前の 10 秒間は、どのキーを押してもすべて無視されます。*

バッテリーが弱いときの兆候

長時間にわたって誰も装置を使用しなかった場合、バッテリーを充電する必要があります。

バッテリー残量低下を示す症状には以下のものが含まれます。

- ディスプレイがちらついたり不安定になる
- ユーザーがエクササイズを終えたあと、ワークアウトの要約やシャットダウンが進行中であることを示す表示が出ることなく、ユーザーやプログラムの情報が失われる

重要: *電源を一定に維持するには、オプションの電源アダプタを使用してください。*

オプションの電源アダプタの使用

機器に電源アダプタを接続したら、反対側の端を適当な電源（120 V または 240 V）に差し込んでください。

注意: オプションの電源アダプタを使用している場合、電源コードに安全上の問題が生じないようにしてください。 コードは通路や可動部品の邪魔にならないようにします。 電源供給コードまたは電力変換モジュールが損傷している場合は交換してください。

操作コンソールは、電源アダプタが接続されると、異なった形で機能します。 電源アダプタは一定の電力を供給するため、短時間であればユーザーは、シャットダウン手順は起動せずに一時停止することができます。 一時停止が一定時間経過してもユーザーがエクササイズを再開しない場合には、コンソールはウェルカム スクリーンに戻ります。 どのフィットネス機器についても、初期設定の中断時間は 30 秒です。 最大中断時間の設定や変更については、操作コントロールのマニュアルに書いてある説明を参照してください。 電源アダプタを設置する方法については、こちらをどうぞ「*オプションの電源アダプタキット*」。

オプションの電源アダプタキット

オプションの電源アダプタを購入する場合は、内部ケーブルキットも購入する必要があります。 このキットには、電源アダプタを下の基板に接続する、ケーブル、ブラケット、および留め具が含まれています。

注意: 内部ケーブルキットは、認定サービスマンが取り付ける必要があります。 自分で取り付けると、Precor の限定保証が無効になることがあります。 詳細については、以下を参照してください。

重要： *この機器に P80 コンソールが含まれる場合、オプションの電源アダプターと内部ケーブル キットを設置して、ベース装置に継続的に電源を供給し、内部バッテリーをサポートする必要があります。*

内部ケーブルキットを取り付けたら、オプションの電源アダプタのプラグを装置に差し込むことができます。 機器に適切な電源（120 V または 240 V）に反対側の先端を差し込みます。 電源アダプタを使用する前に、本マニュアルの最初にある安全上の注意をよくお読みください。

バッテリーの交換

装置のバッテリーは長期の使用に耐えるように設計されています。 それでもバッテリーを交換する必要があると思われる場合は、認定サービスマンにお問い合わせください。「*サービスを受ける*」を参照してください。

注意: 装置に内蔵されているバッテリーには、危険な物質が含まれており、危険物廃棄の規制に従って廃棄する必要があります。「*危険物の取扱いと廃棄*」を参照してください。

注：

注：

Precor Incorporated
20031 142nd Avenue NE
P.O. Box 7202
Woodinville, WA USA 98072-4002

AMT 885/835 PAG/OM 300710-551 rev A, ja
2011年6月30日